август 2013

ЖЕНСКИЙ

для сильной и стильной

ЖЕНСКИЙ журнал NEW

ДЛЯ СИЛЬНОЙ И СТИЛЬНОЙ

2013



ЛЮБЛЮ – НЕ МОГУ!

Когда любовь мешает сексу

ПРИДЕШЬ ДОМОЙ – ТУТ ТЫ СИДИШЬ

Что происходит в многолетних браках

КОНЬ В ПАЛЬТО

Животные вместо психоаналитика

Пауло **КОЭЛЬО**

Вера **ПОЛОЗКОВА**

Билли Боб **ТОРНТОН**

Алена **ВИННИЦКАЯ**

ВЕЛИКАЯ КОМБИНАТОРША

Как совмещать люкс и масс-маркет

КТО ПОЕДЕТ В БУКОВЕЛЬ?

Собери пазл – выиграй поездку!

Подробнее на стр. 39

Мёд и пламень

Смелые эксперименты, *нескромные* желания, *необычные* развлечения

ТАБЛЕТКА ДЛЯ ТРУДОГОЛИКА

Расслабляемся в отпуске по правилам

08
4 820060 980014

август 2013

ЖЕНСКИЙ

для сильной и стильной






ACQUA
di GIOIA
eau fraîche
GIORGIO ARMANI

Содержание / Август 2013



Кольцо Boucheron, фото предоставлено компанией Boucheron
Обложка Фрида Пинто, фото FotoChannels

К

Perekhid Women's Publishing

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ ООО «ПЕРЕХИД ВИМЕНС ПАБЛИШИНГ»
ДИРЕКТОР ЕЛЕНА ЛОБОВА
АДРЕС ИЗДАТЕЛЬСТВА И РЕДАКЦИИ: 01033, Г. КИЕВ, БЦ CAPITAL HALL, УЛ. ЖИЛЯНСКАЯ, 31; 7 ЭТАЖ, ТЕЛ.: +380 (44) 594-93-93, 594-93-94, WWW.PPH.COM.UA, E-MAIL: ZZ@PPH.COM.UA

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ ЖУРНАЛ ОСНОВАН 16.06.2000 Г. СВИДЕТЕЛЬСТВО О РЕГИСТРАЦИИ (ПЕРЕРЕГИСТРАЦИИ): СЕРИЯ КВ №18659-7459Р ОТ 05.01.2012 Г.
ПЕЧАТЬ: ТИПОГРАФИЯ «ТРИАДА», Г. КИЕВ, УЛ. КРЖИЖАНОВСКОГО, 4
№8/2013. НОМЕР ПОДПИСАН В ПЕЧАТЬ 09.07.2013 Г. ТИРАЖ: 85 000 ЭКЗ. ЦЕНА: ДОГОВОРНАЯ

АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ: 01033, Г. КИЕВ, УЛ. ЖИЛЯНСКАЯ, 31, РЕДАКЦИЯ «ЖЖ» (7 ЭТАЖ).
✷ — РЕДАКЦИОННАЯ СТАТЬЯ.

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС ВО ВСЕХ ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ УКРАИНЫ — 90727

СЛОВО РЕДАКТОРА



Фото предоставлено Дженни Хэндз

С одним мужчиной из прошлого невозможно было расстаться. И романа-то у нас как такового не было — так, сценарная заявка, а не полновесный фильм. Видимо, вот это ощущение «могло, но не случилось» и удерживало. Уже и семьи у нас обоих появились, уже и десять лет прошло, а не отпускали наши ментальные сущности друг друга и все. Хоть раз в полгода, хоть на час, хоть выпить кофе, обменяться чем-то более значимым, чем новости — чем-то непроизносимым вслух, но витающим над нами, даже когда мы в разных углах планеты... Я лелеяла этот эмоциональный капитал, как капризную орхидею, дорожила им, как бабушкиным фарфором. И сила этой эмоции равнялась мощи адронного коллайдера, в котором беспокойно металась маленькая элементарная частица — крошечная элементарная любовь, так и не ставшая большой.

Все рассыпалось в секунду. Мой герой не успел договорить фразу «...И я вывез ее в лес», как адронный коллайдер стал рушиться, некрасиво оседая в пыли. «Ты вывез котенка в лес?» — переспросила я. «Ну а что? Лопнуло терпение, в дорогую обувь нагадила!» И его лицо даже раскраснелось от возмущения. Мгновение назад я любовалась мужественным подбородком и стальным блеском глаз, а теперь передо мной сидел жлобоватый дядька с пустыми тефлоновыми глазами.

Я и не знала, что так бывает. Десять лет коту под хвост? Чувства драгоценной выдержки — под хвост кошечке, которую уверенный в себе мужик взял и вывез в лес просто потому, что надоела? Даже не попробовав пристроить в хорошие руки?

Я в смятении попрощалась и ушла. Пигмей ничего не понял — ведь он привык быть великаном в моих глазах. Спустя пару дней я слегка устыдилась собственной сентиментальности, попробовала как-то встроить услышанное в свою жизнь, но «мелочь» встраиваться не желала, да и некуда было ее встраивать: романтическая история бесславно прекратила свое существование.

И не говорите мне, что сухое выражение «общие базовые ценности мужчины и женщины» подразумевает вещи поважнее, вроде отношения к изменам и политических взглядов. Иногда можно махнуть рукой, если он за красных, а ты за белых. Но иногда махнуть рукой нужно на него самого.

Стр. 78

Люди, у которых есть животные, живут в среднем на семь лет дольше, чем те, у которых их нет

ТАТЬЯНА ПЕТКОВА

WWW.FACEBOOK.COM/WOMANJOURNAL
E-MAIL: ZZ@PPH.COM.UA

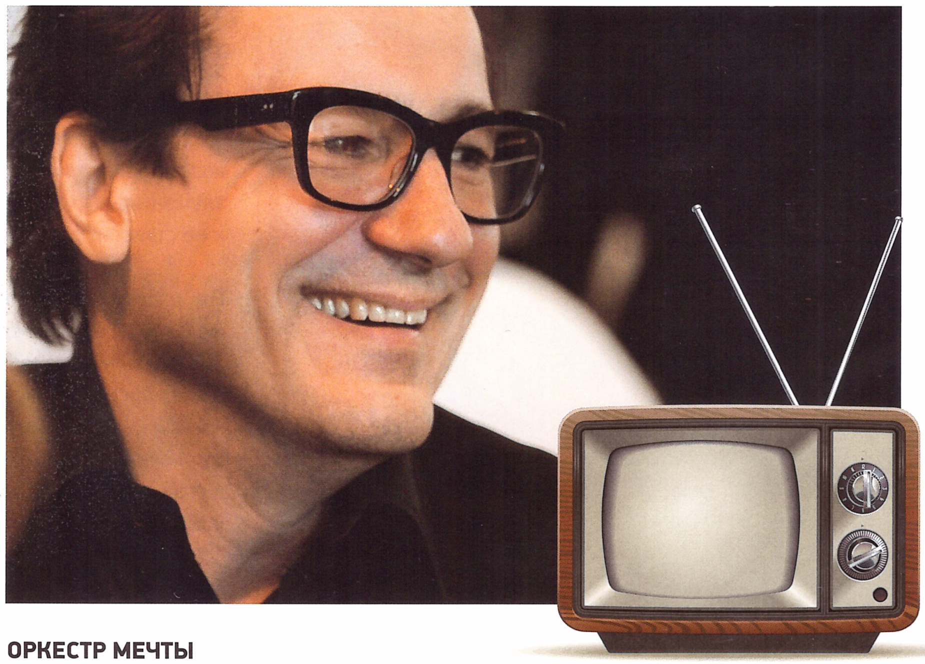
Ни слова о политике, бизнесе, загадочности мужчин и смысле жизни. Темник августа — это мед, яблоки, новые рестораны, театральные гастроли и светская жизнь. А серьезные разговоры подождут до осени.



КРАСНАЯ ДОРОЖКА ONLINE

Три причины, чтобы поехать в Венецию в конце августа: а) невыгулянное вечернее платье, б) пылкая любовь к кинематографу и в) вы всю жизнь мечтали взять автограф у Бернардо Бертолуччи. В этом году режиссер «Мечтателей» возглавит жюри Венецианского кинофестиваля.

Программа, как всегда, держится в секрете до момента официального объявления в последних числах июля. В любом случае, это будут лучшие фильмы последнего времени, причем такие, которые еще ни разу не были показаны зрителям и в других фестивалях не участвовали. Если поездка в Венеции в планы не входит, можно воспользоваться новой опцией: смотреть фильмы онлайн (на языке оригинала с английскими субтитрами). «Билеты» на такие показы продаются на официальном сайте фестиваля и в прошлом году стоили всего €4,5. Фестиваль пройдет с 28 августа по 7 сентября.



ОРКЕСТР МЕЧТЫ

Олег Меньшиков, безусловно, одна из самых значимых фигур российского кино и театра, и наблюдать за ним интересно всегда. Особенно когда он играет почти самого себя.

В сравнительно новом проекте «Оркестр мечты. Медь» Олег рассказывает со сцены о своей жизни. И каждая история — о летнем ливне, о первом увиденном фильме Феллини, о каникулах в Одессе — сопровождается мелодией в исполнении большого духового оркестра. «Оркестр мечты. Медь» 30 августа в Октябрьском дворце. Для тех поклонников Меньшикова, которые равнодушны к джазу, есть «Портрет Дориана Грея» Театра им. Ермоловой с Олегом в роли сэра Генри (27 августа в том же Октябрьском).

30 АВГУСТА

ВОТ И ПОГЛЯДИМ

В каждой приличной стране есть общественное телевидение. Его задача — вещать о том, что обществу интересно и полезно, без оглядки на государство. Источник финансирования обычно налог, взимаемый с граждан, или добровольные пожертвования.

В Украине недавно презентовали проект общественного интернет-телевидения. Команда журналистов собирается основать деятельность канала на цивилизованных принципах: смотреть hromadske.tv можно будет бесплатно, а существовать он будет на гранты, добровольные пожертвования и доходы от рекламы. Учитывая, что телевизоры превращаются в подставки для цветов, а кино и новости мы смотрим в интернете, идея общественного онлайн-телевидения может оказаться вполне успешной.

Автор Ольга Переверзева, Светлана Евсюкова. Фото Getty Images/Fotobank.ua, Сергей Карпов/ИТАР-ТАСС, AFP/East News, Shutterstock (2), предоставлено Win Win Group





ГРАЦИЯ С БУЛАВОЙ

Украина редко принимает у себя крупные международные мероприятия, различные фестивали и чемпионаты, поэтому в них вовлекаются все, независимо от степени заинтересованности в предмете. Прошлогодний футбол, например, не заметить было невозможно. И ведь было весело, несмотря на некоторые неудобства и на то, что свежепостроенные дороги как-то быстро дали течь.

В этом году в Киеве состоится мероприятие, возможно, менее шумное, зато более дамское: Чемпионат мира по художественной гимнастике. За полвека существования чемпионата в Украине он впервые. Приедут около 60 гимнастических звезд. Посмотреть на граций с лентами, мячами и булавами можно во Дворце спорта с 28 августа по 1 сентября.

РАЗВЕЛИ БАЛАГАН

Во второй половине августа, когда даже жара становится какой-то по-осеннему сдержанной, возникает ощущение, что надо бы приобщиться к фольклору. Что-то такое смутное витает в воздухе: Медовый спас, Яблочный спас, праздник урожая… Видимо, это инстинкт. И если не хочется ему сопротивляться, можно махнуть на Сорочинскую ярмарку, которая в этом году пройдет в Великих Сорочинцах с 20 по 25 августа. В наличии: мазанки, вышиванки, глечики, мед, яблоки, колбаса (почему украинцы не придумали колбасный спас — неясно), жизнерадостные народные коллективы, театрализованное представление по Гоголю, шум, гам, миллион народу (не преувеличение — на ярмарку обычно съезжается около миллиона гостей, в том числе из-за границы). Прививки фольклора должно хватить на год.

с 20 по 25 АВГУСТА

ВСТРЕЧА В ВЕРХАХ

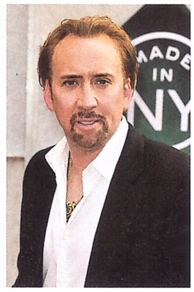
Вкусной еды в приятной компании достаточно для хорошего ужина, но не для по-настоящему запоминающегося. А вот ужин на высоте 50 метров над землей — это уже тянет на главу в мемуарах. Проект Dinner in the Sky — это возможность отведать кухню «от шефа», сидя в мягких креслах за столом, который поднят над землей специальным краном. За столом помещаются 22 человека. Безопасность гарантируется пристежными ремнями и надежной страховкой. 12 первых «ужинов в небе», на которые были приглашены украинские бизнесмены, политики и деятели шоу-бизнеса, прошли на территории киевского жилого комплекса Park Avenue с большим успехом, отзывы только восторженные. Помимо ужина, в воздухе можно устроить корпоратив, презентацию, пресс-конференцию и даже свадьбу. И все это — в любом месте города, на которое вы хотели бы полюбоваться с высоты многоэтажного дома.

ЛЮБИМЧИКИ и любимцы

ЗВЕЗДНЫЕ ЛИЧНОСТИ ЭКСТРАВАГАНТНЫ ВО ВСЕМ, ВКЛЮЧАЯ ЛЮБОВЬ К СВОИМ ЧЕТВЕРОНОГИМ ДРУЗЬЯМ.



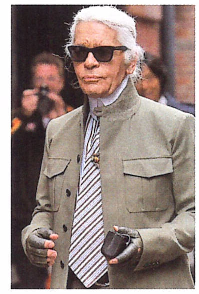
МИЛЛИОНЫ ДЛЯ СПАНИЕЛЕЙ
Телеведущая Опра Уинфри намерена завещать все свои сбережения — а это $165 млн — четырем спаниелям. «Они для меня, как дети, — объясняет Опра».



ГРИБЫ ДЛЯ КОТА
Николас Кейдж признался, что вместе со своим котом Льюисом жевал галлюциногенные грибы. Но после того, как кот сказал Кэйджу «Привет», понял: с «хобби» пора завязывать.



ПОЛИТЕС ДЛЯ ПИТОНА
Джастин Бибер обучил своего питона Джонсона, с которым выходит в свет, вести себя смирно. Интересно, будет ли Джонсон паинькой, достигнув 1,5 метров в длину?



СМАРТФОН ДЛЯ КОШКИ
Кошка Карла Лагерфельда Шупетт ест из отдельной мисочки за общим столом, играет в специальные кошачьи игры на смартфоне и проводит время в обществе трех служанок.



АККАУНТ ДЛЯ ТЕРЬЕРА
У йоркширского терьера Ханны, любимицы Бритни Спирс, есть свой аккаунт в Twitter и собственный биограф, который ведет от имени собачки ее страницу в соцсети.

НОВОЕ АМПЛУА

ПОПРОБОВАТЬ СЕБЯ В ЧЕМ-ТО ЕЩЕ, КРОМЕ ПРИВЫЧНОЙ ПРОФЕССИИ, — ОТЛИЧНЫЙ СПОСОБ ПЕРЕЗАГРУЗКИ!

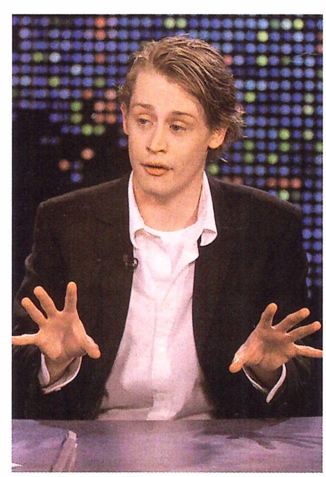


ШВАРЦЕНЕГГЕР-РЕДАКТОР
Актер и экс-губернатор Калифорнии Арнольд Шварценеггер подписал контракт с компанией American Media Inc и стал ответственным редактором двух американских журналов о спорте и фитнесе Muscle&Fitness и Flex. Теперь рабочий день Арни проходит перед монитором компьютера: он готовит к публикациям статьи и раздает темы журналистам.



ШЕРИФ СИГАЛ
Стивен Сигал второй год подряд патрулирует «горячую точку» страны — отрезок границы между Мексикой и США в графстве Хадсепт. Звезда боевиков «Смерти вопреки» и «Приказано уничтожить» сам попросился в помощники к местному шерифу и теперь вместе с ним охотится на эмигрантов-нелегалов.

КАЛКИН-БЛЮЗ
Недавно в Бристоле Маколей Калкин в дуэте с певцом Адамом Грином исполнил хит Beach Boys «Kokomo». В последнее время Калкин часто подрабатывает диджеем в ночных клубах Нью-Йорка. Пусть лучше поет, чем сидит на наркотиках или сводит счеты с жизнью.



Автор Виктория Куриленко. Фото Black Sheep/Cam Griffith/East News, AFP/East News, Getty Images/ Fotobank.ua (3), WireImage/Fotobank.ua, Imago/Global Look, SIPA USA/ Fotodom.ua


MAX FACTOR X
ПРЕДСТАВЛЯЄ
ДИКУ КОЛЕКЦІЮ
ШАЛЕНО ВИРАЗНІ ОЧІ
СМІЛИВИЙ КОЛІР ТІНЕЙ
ПЕРЕЙДИ НА ДИКУ СТОРОНУ
Я МАЮ
ДИКИЙ ХАРАКТЕР
ЗНАЙДИ СВІЙ ОБРАЗ НА WWW.FACEBOOK.COM/MAXFACTOR.UKRAINE
MAX FACTOR
WILD MEGA VOLUME
VOLUMISING MASCARA
ПРОФЕСІОНАЛИ РЕКОМЕНДУЮТЬ



ВУДИ АЛЛЕН

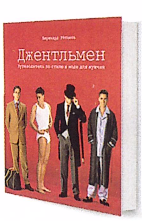
БЕЗ ПЕРЬЕВ

М.: АСТ, 2013

Это второй сборник Вуди Аллена, изданный в 1975 году и впервые полностью переведенный на русский (хотя некоторые рассказы уже публиковались, а пьеса «Бог» шла на сцене — правда, в довольно причудливом переводе). Типичный алленовский абсурдистский юмор для своих, темы — о повседневной жизни богемно-интеллектуальной нью-йоркской тусовки, герои — балерины, чудаковатые поэты, проститутки из подпольного публичного дома, которые готовы побеседовать с клиентами о Виттгенштейне. Смешно, трогательно, немного грустно и очень в стиле 1970-х, когда казалось, что можно сохранить в неприкосновенности свой маленький мирок так, чтобы потрясения большого мира отзывались внутри только легким звоном бокалов.



Lewis Blackwell
THE LIFE AND LOVE OF CATS
Abrams, 2012
214 страниц, с которых смотрят кошки — дорогих выставочных пород и бездомные обитатели трущоб, редкие гибриды и дикие африканские родственники домашних кошек. Плюс история их происхождения.



Бернхард Ретцель
ДЖЕНТЛЬМЕН. ПУТЕВОДИТЕЛЬ ПО СТИЛЮ И МОДЕ ДЛЯ МУЖЧИН
М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013
Как носить смокинг, чем отличается тренчкот от дождевика, как завязать галстук миллионом разных способов, где покупать правильную одежду в Лондоне и Риме… Все это, как минимум, заставит вашего мужчину глубоко задуматься.



Александр Гаррос
РИГА. ПУТЕВОДИТЕЛЬ «АФИШИ»
М.: Афиша Индастриз, 2013
С 16 по 18 августа пройдет крупнейшее событие года в Риге — праздник города с театральными и танцевальными представлениями, музыкой и аттракционами, ярмарками и салютами. Надо ехать. Подробный и очень практичный путеводитель — must have.

АБРАХАМ ВЕРГЕЗЕ

РАССЕЧЕНИЕ СТОУНА

М.: Фантом Пресс, 2013

Главный герой — врач, живущий в США. Его мать (медсестра родом из Индии) умерла, рожая близнецов в миссионерской больнице Аддис-Абебы; отец — британский хирург, работавший в этой же больнице, который после смерти возлюбленной запил и уехал, бросив новорожденных. Усыновила мальчиков другая врачебная пара. Герой вспоминает детство, брата, приемных родителей, свою первую любовь, на заднем плане все время стреляют и митингуют эфиопы, в клинике кого-то оперируют. Такой себе «Доктор Хаус», только более старомодный, сентиментальный, хорошо написанный и с хеппи-эндом.

ФРЭНСИС СКОТТ ФИЦДЖЕРАЛЬД

УСПЕШНОЕ ПОКОРЕНИЕ МИРА

СПб.: Азбука, 2013

Открывая сборник, на многое не рассчитываешь: понятно же, что после «Великого Гэтсби» подмели по сусекам и достали последнее. Но оказывается, Фицджеральд прекрасен даже в ранних рассказах, когда его герои — напыщенный, заносчивый, сексуально фрустрированный подросток (не иначе списанный с самого автора) и легкомысленная барышня. Все кокетничают напропалую, играют «в бутылочку» и «в почту», целуются на галереях бальных залов и потом глубоко переживают свое моральное падение.

Автор Ольга Переверзева. Фото Юрий Балан; из архива редакции



ЭЛИЗИУМ

Жанр: *фантастический экшн*
Страна: *США*
Режиссер: *Нил Бломкамп*
В ролях: *Мэтт Деймон, Джоди Фостер*

Почему-то в нынешнем году киношникам нравится фантазировать на тему заброшенной Земли. Третий фильм с таким сюжетом — самый ожидаемый, потому что от режиссера культового «Девятого района». Должно получиться любопытно. К тому же Джоди Фостер очень убедительна в роли стервозной представительницы элиты, которая сбежала с Земли, превращенной в гетто, на райскую космическую станцию Элизиум. Куда там Мэтту Деймону с рылом в калашный ряд. Ну разве что с «калашниковым».

МЫ — МИЛЛЕРЫ!

Жанр: *комедия*
Страна: *США*
Режиссер: *Роусон Маршал Тарбер*
В ролях: *Дженнифер Энистон, Эд Хелмс*



Наркодилер должен провезти в грузовике через всю страну 450 кг марихуаны. К подозрительному одиночке наверняка прицепятся полицейские. А вот если сделать вид, что дальнобойщик вместе с семьей едет в отпуск посмотреть на Гранд-Каньон, то копы не обратят на них внимания. Знакомая проститутка соглашается за сходную плату побыть женой, двое подростков-хулиганов — детьми. Только вот проблема в том, что семейка выглядит еще подозрительнее, чем сам «папаша».

ВСЕГО 17

Жанр: *драма*
Страна: *Франция*
Режиссер: *Франсуа Озон*
В ролях: *Марина Вакт, Фредерик Пьеро, Шарлотта Рэмплинг*



Героине нового фильма Озона, как легко догадаться, всего 17. Она уже не ребенок, но еще и не женщина. Отношения с мужчинами она представляет исключительно в романтическом ключе. Но поскольку это живые нормальные мужчины, то разочарование неизбежно, хотя причины разные. Четыре времени года, четыре музыкальных темы, четыре любовных истории — и одна девушка, доверчивая, хотя и неглупая. Приятно смотреть на все это с высоты житейского опыта и слегка ностальгировать.

Автор Ольга Переверзева. Фото предоставлены компаниями B & H, KINOMANIA, ООО «Аврора Фильм»



ФЛАКОН С УЛЫБКОЙ

Во флаконе более легкой версии парфюма La Vie Est Belle от Lancôme — L'Eau de Parfum Légère проступает улыбка, выражая его настроение — «Жизнь прекрасна»! Ощущение праздника усиливает шлейф бледного ириса и лучезарное лицо аромата — Джулия Робертс.



БЛЕСТЯЩЕ!

Изделия люксового ювелирного бренда De Grisogono — настоящая палочка-выручалочка для голливудских звезд, которым по определению нужно выглядеть оригинально. Среди поклонниц этих эмоциональных, остроумных и эксцентричных украшений Деми Мур, Мила Йовович, Шэрон Стоун, Ума Турман.



СВЕЖАЯ СТРУЯ

Миссия нарядов от бренда Helmut Lang — удобство и ощущение прохлады. Неизменные детали стиля: ассиметричный крой, нейтральные цвета и нестандартные фактуры тканей — оживляют яркие вставки.



ЗА МИГ ДО ПОЦЕЛУЯ

Легкая вуаль, которой обволакивает губы блеск Gloss d'Enfer от Guerlain, увлажняет, придает им сияние и объем. Эргономичный аппликатор подчеркивает контур и выделяет при нанесении нужное количество блеска.

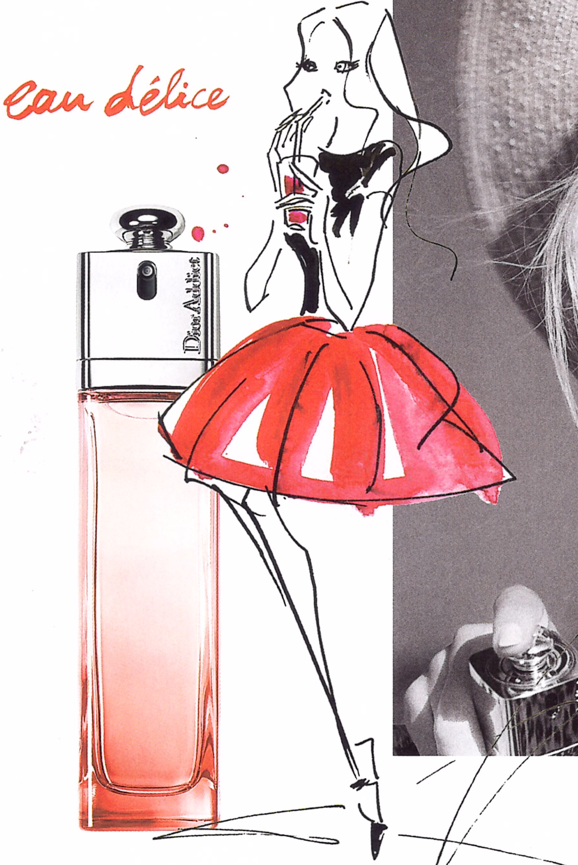


СТРАСТНЫМ И ВЕСЕЛЫМ

Парфюмированная вода CH Eau De Parfum Sublime от Carolina Herrera подойдет тем, кто уверен в себе и ценит чувство юмора. Шипровые ноты подчеркивают силу характера, а фруктовый контраст нот бергамота и страстоцвета отражает непредсказуемость натуры.

Автор Виктория Куриленко. Фото предоставлены компаниями «Селдико», Hexagone, L'Oréal, Helen Marlen, Valle-de-Lux


PANTENE PRO-V
НОВИНКА
ДОГЛЯД З АРГАНОВОЮ ОЛІЄЮ
БЕЗ ОБТЯЖЕННЯ
3 інтенсивний догляд
2-ХВИЛИННА МАСКА
Глибоко живить та відновлює пошкоджене волосся. Лише за 2 хвилини робить його гладеньким і дарує силу проти пошкоджень в результаті укладання. Наносьте 2 рази на тиждень на чисте вологе волосся, залиште на кілька хвилин, потім ретельно змивайте.
2 живлення
БАЛЬЗАМ-ОПОЛІСКУВАЧ
Поєднує технології Pro-V з живильною олією для живлення та відновлення пошкодженого волосся. Дарує волоссю силу, що захищає від пошкоджень при укладанні. Використовуйте щоразу після шампуню.
1 очищення
ШАМПУНЬ
Поєднує технології Pro-V з живильною олією для відновлення пошкодженого волосся. Дарує волоссю силу, що захищає від пошкоджень при укладанні. Підходить для щоденного використання.
4 захист
ЕЛІКСИР
З АРГАНОВОЮ ОЛІЄЮ
Поєднує технології Pro-V з аргановою олією, натуральним інгредієнтом з Марокко, що робить волосся зволоженим. Еліксир живить та захищає волосся від пошкоджень, не обтяжуючи його. Нанесіть вранці на сухе або вологе волосся, зробіть укладку, як звичайно. Підходить для щоденного використання.
ЗЛИТТЯ З ПРИРОДОЮ
OIL THERAPY*
ВІДНОВЛЮЄ
99% ПОШКОДЖЕНЬ
БЕЗ ОБТЯЖЕННЯ**
*Оіл терапі. **Гладкість при використанні колекції у порівнянні з шампунем без кондиціонуючого ефекту.





НА ЛАЗУРНОМ БЕРЕГУ

По задумке парфюмера Франсуа Демаши, легкий летний Dior Addict Eau Délice должен напоминать о беспечном отдыхе на роскошных пляжах Сен-Тропе. Этот лакомый ягодно-цветочный аромат хочется носить с летящим платьем и красной помадой.



СОТОВАЯ СВЯЗЬ

В названии подвески от Theo Fennell, украшенной рисунком в виде сот и пчелками, скрыт намек-подсказка для того, кто хочет признаться вам в любви: Bee Mine на слух воспринимается как «будь моей».



ДИСКОТЕКА 90-Х

Новая коллекция Dsquared² посвящена безумным 90-м. В этом сезоне, считают дизайнеры, ничего не будет слишком — даже обилие сверкающих аксессуаров.



В ОДНОМ ФЛАКОНЕ

Легкое масло 3-в-1 ÉLIXIR PAILLETÉ от PAYOT питает, укрепляет, защищает, придает сияние — в общем, способно подарить вашим лицу, телу и волосам все, чего не удалось другим средствам.

ГОРОДСКИЕ ЦВЕТЫ

Согласно опросу, недавно проведенному в США, 70% жительниц городов без мейкапа чувствуют себя раздетыми. С новой коллекцией макияжа YSL, вдохновленной ритмами мегаполиса, городские амазонки почувствуют себя одетыми Haute Couture.



Автор Светлана Евсюкова. Фото предоставлены компаниями «Селдико», Hexagone, L'Oréal, Helen Marlen, Les Montres Suisses



Уникальная формула на основе фосфолипидов растительного происхождения восстанавливает целостность эпидермиса, устраняет раздражение и ощущение жжения, повышает местный иммунитет и уплотняет кожу, закрепляя полученный результат надолго.

Основное действующее вещество – компонент beta glucan – полисахарид, экстрагированный из водорастворимых волокон овсяных отрубей. Оказывает безупречный отпор аллергенам, активизируя самые важные иммунные клетки – макрофаги, которые борются с инородными субстанциями. Опосредованный эффект БЕТА ГЛЮКАН выражается в общем омоложении кожи, благодаря укреплению коллагеновых волокон эпидермиса и нейтрализации свободных радикалов.

Воздушная кремовая текстура и утонченный травяной аромат дарят комфорт и положительные эмоции во время применения.

Не содержит синтетических эмульгаторов, консервантов, парфюмированных субстанций, красителей и спирта.

ДОВЕРЬТЕ КРАСОТУ ВАШЕЙ КОЖИ ПРОФЕССИОНАЛАМ

WWW.KLAPP.COM.UA

Однажды на Рождество я поехал в племя масаи, пил и танцевал вместе с ними. Это был лучший опыт в моей жизни — когда я временно перестал быть Джоном Гальяно, модным дизайнером.

Верю в дисциплину, так что я не тот человек, который будет хныкать про свои слабости. Впрочем, возможно, я вообще не человек.

Я

Высокая мода — это поэзия. Моя работа — заставлять людей мечтать и фантазировать, что бы ни происходило в мировой экономике.

Мне наплевать на деньги. Правда наплевать. Я просто хочу делать то, что делаю.

не

Для одежды, которая скроена по фигуре, у моих платьев довольно разумная цена.

художник.

Ну разве что

Стиль — это когда ты надеваешь вечернее платье в «МакДональдс» и каблуки на футбольный матч.

с маленькой

Работа в модной индустрии — это постоянный стресс из-за ее требований. Никто ведь не ожидает от писателя, чтобы он стабильно выпускал две книги в год.

буквы

Роскошь — это быть индивидуальностью. Вставать рано утром и любоваться восходом солнца.



ДЖОН ГАЛЬЯНО,

дизайнер, 52 года

Сын испанки и англичанина итальянского происхождения. Год проработал в Givenchy и 15 лет в Dior, откуда был уволен из-за антисемитского высказывания. Вернулся в мир моды после двухлетнего перерыва, приняв приглашение Дома Oscar de la Renta.

Автор Светлана Евсюкова. Фото Stephane Cardinale/People Avenue/Corbis/FotoChannels

Кризис — это жестокий способ доказать людям, что они живучие, выносливые, адаптивные и почти ничем не убиваемые.

Есть друзья, которым нравится все, что ты делаешь, по умолчанию, и есть недоброжелатели, которых устроит, только если ты замолчишь. Верить можно только себе.

У моих

текстов

Я против узурпации понятия «творческие люди» исключительно поэтами, художниками, певцами и так далее. Есть женщины, которые колыбельные поют детям так, что не называть это творчеством просто нечестно.

Быть влюбленным необходимо, чтобы ощущать себя живым. Совсем никого не любить — значит испытывать к миру какое-то чудовищное безучастие.

жизнь

Мужчины — это движущая сила, за ними должно хотеться следовать, вернее, тебе должно нравиться направление, в котором идет этот человек.

куда

Киевляне гораздо легче относятся к жизненным неурядицам, чем москвичи. Москва — город победившего невроза.

интереснее,

чем у меня

Творчество — это всегда побочный эффект структуры личности. Такой кислород, который случайно вырабатывают растения в процессе фотосинтеза.

Единственная моя заслуга в том, что я примерно 10 лет на виду и все еще не повесилась.

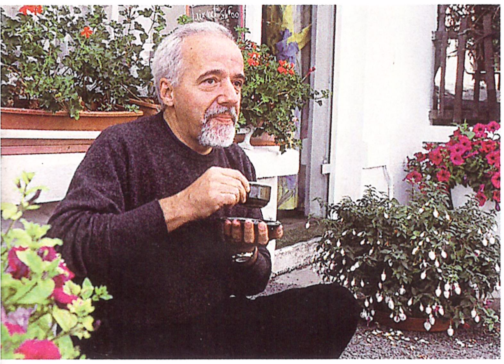


ВЕРА ПОЛОЗКОВА,

поэтесса, актриса, 27 лет

Коренная москвичка. Первое стихотворение написала в 5 лет, на факультет журналистики МГУ поступила в 15, ушла из вуза за три месяца до диплома. Завоевала популярность благодаря своему «Живому Журналу» под ником vero4ka (ныне mantrabox).

Автор Светлана Евсюкова. Фото предоставлено фотографом Настей Гуз



ПАУЛО КОЭЛЬО,

который был бродягой и сатанистом, а стал другом миллиардеров и наставником миллиардов

Считать его писателем — явное преуменьшение. Он скорее деятель мировой закулисы. С Коэльо дружат Билл Клинтон, Жак Ширак и Шимон Перес. Поклонники считают его обладателем тайного знания, критики — гениальным маркетологом. Ну а кто сказал, что маркетинг — это не сакральная наука?

АВТОР
Ольга Переверзева

Поэт и шизофрения

Все, что он может и хочет сказать, легко уместилось бы в несколько абзацев в социальной сети — не зря Коэльо является самым влиятельным, после Джастина Бибера, пользователем Twitter. Но бразилец недавно выпустил уже 16-ю книгу («Манускрипт, найденный в Акко») и точно не собирается останавливаться. Его книги изданы общим тиражом более 300 миллионов в 150 странах мира и возглавляют рейтинги продаж. Когда критики упрекают его в бедности стиля и примитивности сюжетов, Пауло скромно парирует: «Никто ведь не против того, что снег белый, и никто не обвиняет Создателя в недостатке воображения, потому что он его не разукрасил».

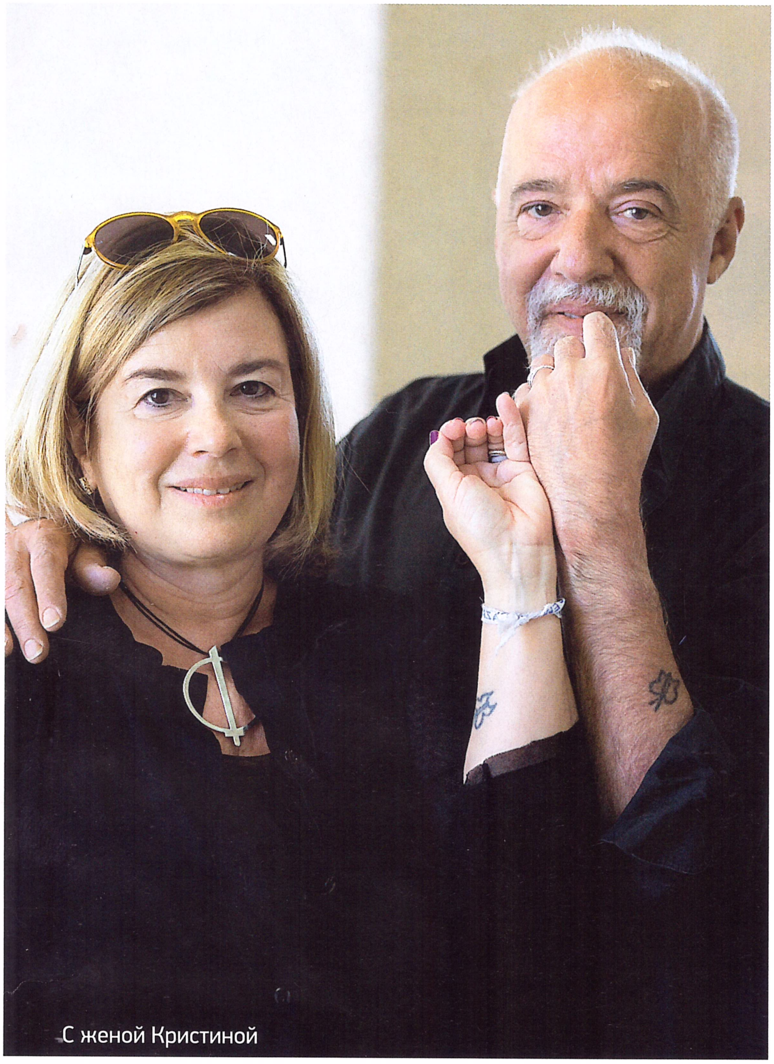
История Коэльо как литератора началась, когда 14-летний подросток решил, что станет знаменитым писателем. В дневнике Пауло записал: «Я должен стать человеком, который создаст книгу века, мысль тысячелетия, историю человечества». И сейчас ему в голову не приходит посмеяться над тем мальчиком: «Если бы у меня было маленькое эго, я потерпел бы неудачу, столкнувшись с первым же препятствием».

Родители, инженер Педро Кейма ди Соуза и его жена, набожная домохозяйка Лижия Коэльо (в Бразилии ребенку дают двойную фамилию, причем фамилия матери считается основной), были людьми весьма консервативных взглядов. Поэтому когда их мальчик, закончив в 1954 году иезуитский колледж, заявил, что собирается стать писателем или в крайнем случае актером, семья пришла в ужас: немытый длинноволосый наркоман-гомосексуалист — так с их точки зрения выглядел любой человек творческой профессии. И это оказалось родительским самосбывающимся пророчеством. Хотя по настоянию отца Пауло поступил на юридический факультет, по ночам пропадал в самодеятельном театре, читал Маркса и Че Гевару, покуривал марихуану, экспериментировал в постели и с девушками, и с юношами, бросил университет, и в конце концов ушел бродяжничать вместе с хиппи. В итоге родители сдали сына на руки психиатру, и некоторое время Пауло провел в больнице с диагнозом «шизофрения». Его лечили в том числе и электрошоком.

Из клиники можно было сбежать, что Пауло дважды и делал, но в отсутствие денег приходилось возвращаться домой, а родители снова отвозили его в больницу. Как многие тинейджеры середины 1960-х, он колебался между страхом самостоятельности и жаждой бунта и в итоге почти решил, что палата с мягкими стенами — не такое уж плохое место для жизни. К счастью, нашелся врач, который пояснил родственникам, что некоторые вполне здоровые люди, оказавшись в сложной ситуации, предпочитают признать себя шизофрениками, чтобы снять ответственность за собственную судьбу.

Фото SIPA/Fotodom.ua, Getty Images/Fotobank.ua





С женой Кристиной



Тиражи его книг перевалили за 300 миллионов



Ежедневная стрельба из лука — способ медитации

Сатанисты и анархисты

Выйдя из клиники, Коэльо начал писать тексты песен — и это было первое его правильное решение. Песни стали хитами, прежде всего те, которые исполнял друг Пауло, будущая бразильская рок-звезда Рауль Сейшас. Совместный альбом в 1971 году принес обоим не только известность, но и приличные деньги.

Теперь у бывшего хиппи был собственный дом и банковский счет. Он издавал журнал, посвященный «вопросам неведомого» — от летающих тарелок до эзотерических теорий. Еще в конце 1960-х Коэльо заинтересовался идеями Алистера Кроули, оккультиста и сатаниста. Его девиз «Делай что хочешь — таков весь закон» идеально выражал убеждения Пауло — суеверного, замкнутого, эгоцентричного, предающегося мыслям о собственной исключительности бразильского мини-Наполеона. В 1972-м он вступил в секту сатанистов, куда входил и Чарльз Мэнсон. Пауло практиковал черную магию и однажды якобы встретился с Сатаной (хотя гораздо вероятнее, что черный зловонный дым, затянувший квартиру, был результатом приема ЛСД). В голове у Пауло прекрасно уживались левые марксистские убеждения и сатанизм. Вместе с Сейшасом они решили организовать анархистскую коммуну в духе идей Кроули.

И это было неверное решение. С 1964 по 1985 год в Бразилии правили военные. Бурная и не очень понятная деятельность Сейшаса и Коэльо многих раздражала. Но Рауль был женат на американке, а вот его соавтора никто особо не защищал. Однажды, когда Пауло вместе с женой ехал в такси, машину остановили сотрудники спецслужб, вытащили пассажиров и отвезли в подвал на окраине. Обоих выпустили через неделю, но эта неделя в очередной раз изменила судьбу Пауло. Его били, пытали электрическим током, держали раздетым в узкой холодной камере. На голове у него почти все время был мешок. Он слышал вопли жены из соседней камеры — Жиза звала мужа, просила



«Я мог бы писать как Пруст или Джойс, но тогда мои читатели меня бы не поняли»



В Сантьяго-де-Компостелло



2006 год. Встреча в верхах

Фото Getty Images/Fotobank.ua (2), Paulo Fridman/Sygma/Corbis/FotoChannels, Eric Robert/VIP Production/Corbis/FotoChannels, AFP/Leemage/East News

откликнуться, но он не решился, боясь наказания, и потом многие годы не мог простить себя за трусость.

Его выпустили, поскольку снова сочли сумасшедшим. По возвращении домой Жиза собрала вещи и ушла. «Я не хочу больше с тобой говорить, и не хочу, чтобы ты упоминал мое имя», — сказала она на прощание. Вплоть до ее смерти в 2007 году Пауло в интервью называл ее «безымянной женой».

Многие друзья самоустранились, опасаясь, что связь с Коэльо закончится для них тюрьмой. Сам он страдал паранойей, не решался выходить на улицу, звонить по телефону. «Перенесенные пытки навсегда меняют человека. Свое прежнее “Я” больше не вернешь. Вскоре после окончания гражданской войны в Ливане я хотел поехать в Бейрут. В ночь перед отъездом я стал испытывать адские муки. В тот момент в Ливане часто похищали людей, и мне не хотелось второй раз быть похищенным. В три часа ночи я сказал себе: “Если кто-то попытается тебя похитить, ты будешь сопротивляться, пока тебя не убьют. Лучше такой конец, чем поддаться твоему страху”».

ПАЛОМНИЧЕСТВО И АЛХИМИЯ

Чтобы прийти в себя, Пауло понадобилось три года. Он ушел из сатанистской секты, бросил употреблять ЛСД, поступил на службу в звукозаписывающую компанию, женился на своей коллеге, некоторое время жил в Лондоне (гонорары за песни удачно вложил в недвижимость в Рио и теперь мог не беспокоиться о доходах). В 1979 году он встретил свою давнюю знакомую по хипповским временам, художницу Кристину Ойтисику, и вскоре развелся в третий раз, чтобы жениться на ней. Это было правильное решение — брак с Кристиной оказался удачным, они до сих пор вместе. Сеньора Ойтисика, как и Коэльо, помешана на эзотерике и самопознании. Она утверждает, что является медиумом. Через год после свадьбы Кристина, вроде бы безо всякой причины, пыталась свести счеты с жизнью, наглотавшись таблеток. Ее вовремя обнаружили и спасли. Очнувшись, женщина объяснила, что на самоубийство ее толкнули мрачные видения, которые посещали ее каждый

раз, когда она заходила в ванную комнату. Домовладелец сознался, что в ванной покончил с собой предыдущий владелец квартиры. Коэльо тут же продали ее и купили дом.

Недвижимость в Рио приносила неплохой доход, поэтому супруги некоторое время просто жили в свое удовольствие.Пауло пописывал, но только в стол — после похищения он зарекся что-то публиковать. В 1986 году в Голландии они встретили человека по имени Жан, который впоследствии стал духовным наставником Коэльо и прототипом загадочной фигуры Учителя из его книг. Жан принадлежал к католическому ордену RAM, который якобы обладает тайными знаниями. «Википедия» полагает, что писатель этот орден выдумал.

По совету Жана Коэльо совершил паломничество к могиле св. Иакова в Сантьяго-де-Компостелло, а затем написал об этом книгу. Как и следующие, она написалась очень быстро, за три недели. Коэльо утверждает, что творческий процесс схож с беременностью и что «вынашивание» занимает около двух лет, после чего следуют быстрые роды. В это легко поверить: его романы скромны по объему, незатейливы по сюжету, и язык до смешного прост. «Я мог бы писать, как Пруст или Джойс, но тогда мои читатели меня бы не поняли», — говорит Пауло. Что в этот момент происходит с Прустом и Джойсом, даже страшно подумать.

5 ПРАВИЛ УСПЕХА ПАУЛО КОЭЛЬО

1. **Не вини родителей. Фрейд изобрел игру в поиски виновного. Вместо концентрации на том, что существует здесь и теперь, происходит погружение в прошлое, и человек переносит свои проблемы на отца и мать.**
2. **Завышенная самооценка и определенная доза мании величия — необходимое условие успеха. Иметь большое эго только тогда грех, когда человек не знает, как и с какой целью его использовать.**
3. **Я извиняюсь перед людьми в течение трех дней после того, как осознал, что совершил ошибку. Это делает жизнь проще.**
4. **Путешествуй как можно больше. В незнакомом городе иди в бар. Купи газету, сядь и наблюдай за людьми. Если кто-то начинает разговор, поддержи его. Ты не увидишь красоту дороги, если будешь смотреть на нее через приоткрытую дверь.**
5. **Никогда ничего не сравнивай: ни свои достижения с чужими, ни чужие обычаи и уровень жизни со своими. Знакомься с другими и находи у них то, чему можешь научиться.**

«Паломник, или Дневник мага» вышел незамеченным. Так же случилось и с «Алхимиком»: из первого тиража были проданы 900 экземпляров. За рекламу платил сам автор, но это не помогло, и издательство разорвало с ним контакт. Однако затем Пауло повезло , точнее, он принял еще одно правильное решение — нанял в качестве литературного агента юную студентку Монику Антунес, которая играла в университетской театральной труппе (там они и познакомились, поскольку Пауло еще сохранял интерес к любительскому театру). Моника была в восторге от его идей и при этом оказалась гением пиара и рекламы. Она начала продвигать книги Коэльо на книжных ярмарках, организовывала пресс-конференции и встречи с читателями. Затем переехала из Бразилии в Испанию, и там ей удалось чудо: возможно, испанцы купились на бразильскую экзотику, но «Алхимик» был переведен и издан.

ИДЕИ И СУЕВЕРИЯ

Главные идеи Коэльо — о том, что нужно следовать своей мечте, заниматься тем, что доставляет радость, а успех придет сам собой — абсолютно не оригинальны. Своим успехом Коэльо обязан:

а) тем, что смешал идеи Кастанеды, буддизма и популярной психологии и упаковал в доступную форму литературной жвачки;

б) нанял хорошего литературного агента;

в) попал под действие эффекта массового заражения модой.

Популярность, не снившаяся другим авторам беллетризованных руководств из серии «Помоги себе сам», и даже близкая дружба с влиятельными персонами никак не изменили характер Коэльо. Бразилец привержен ритуалам и суеверен. Каждый день после обязательной предобеденной прогулки по пляжу Копакабана он выпускает из спортивного лука 24 стрелы — что-то среднее между медитацией и спортом. Садясь в машину, молится, а в свой дорожный чемодан всегда кладет бутылку со святой водой из Лурда. Он никогда не произносит некоторых названий (например, Парагвай) и имен (бывшего президента Бразилии). Не садится за стол, если число гостей 13. Не вскрывает пакеты с рукописями или дискетами от начинающих авторов — боится отравления или бомбы. Но даже проверенные конверты подвергает «направленной медитации», чтобы передать им «положительные вибрации».

В современном шатком мире, где людям очень хочется, чтобы им простыми словами объяснили, куда идти и зачем, а еще лучше — сопроводили слова каким-нибудь эффектным фокусом с разоблачением, у Пауло Коэльо прекрасные перспективы. ✷



20 сентября 19.30-22.30

Киев, ДК СБУ, ул. Ирининская, 6

Авторский мастер-класс Ирины Хакамада

ЛИДЕРСТВО В ТУРБУЛЕТНОЕ ВРЕМЯ

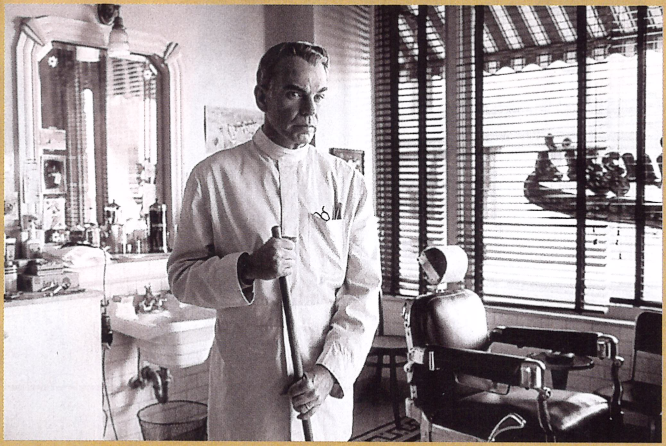
- Характеристики мирового тренда. Турбулентность и хаос.
- Новая эпоха. Изменение института лидерства.
- Кто такой лидер. Как развивать лидерство в себе.
- Лидерство в условиях стабильности. Лидерство в условиях нестабильности.
- Лидерство в условиях кризиса. Техника. Инструменты.
- Лидерство и карьера.
- Методы развития интуиции. Методы расширения сознания.
- За пределами проекта. Методы прерывания потока.

Более подробная информация:
www.ab-t.com.ua или
по тел. : (044) 223-57-06, (050) 448-88-95 *

* Только для совершеннолетних. Стоимость звонков согласно тарифов соответствующего оператора связи

Генеральный медиа-партнёр ЖЕНСКИЙ журнал | Женский интернет-партнёр Хочу | Генеральный интернет-партнёр hh ua HeadHunter | Информационный партнёр ЭКСПЕРТ

Сказку *сделать Билли*



Тройной угрозой в Голливуде называют киношников, которые совмещают работу сценариста, режиссера и актера в одном и том же фильме. Билли Боб Торнтон побывал такой угрозой уже дважды — в «Отточенном лезвии» и недавней «Машине Джейн Мэнсфилд». А еще он музыкант, бывший муж Анджелины Джоли и реинкарнация Бенджамина Франклина. Да, нам тоже интересно, как это все помещается в одном человеке.

АВТОР *Светлана Евсюкова*

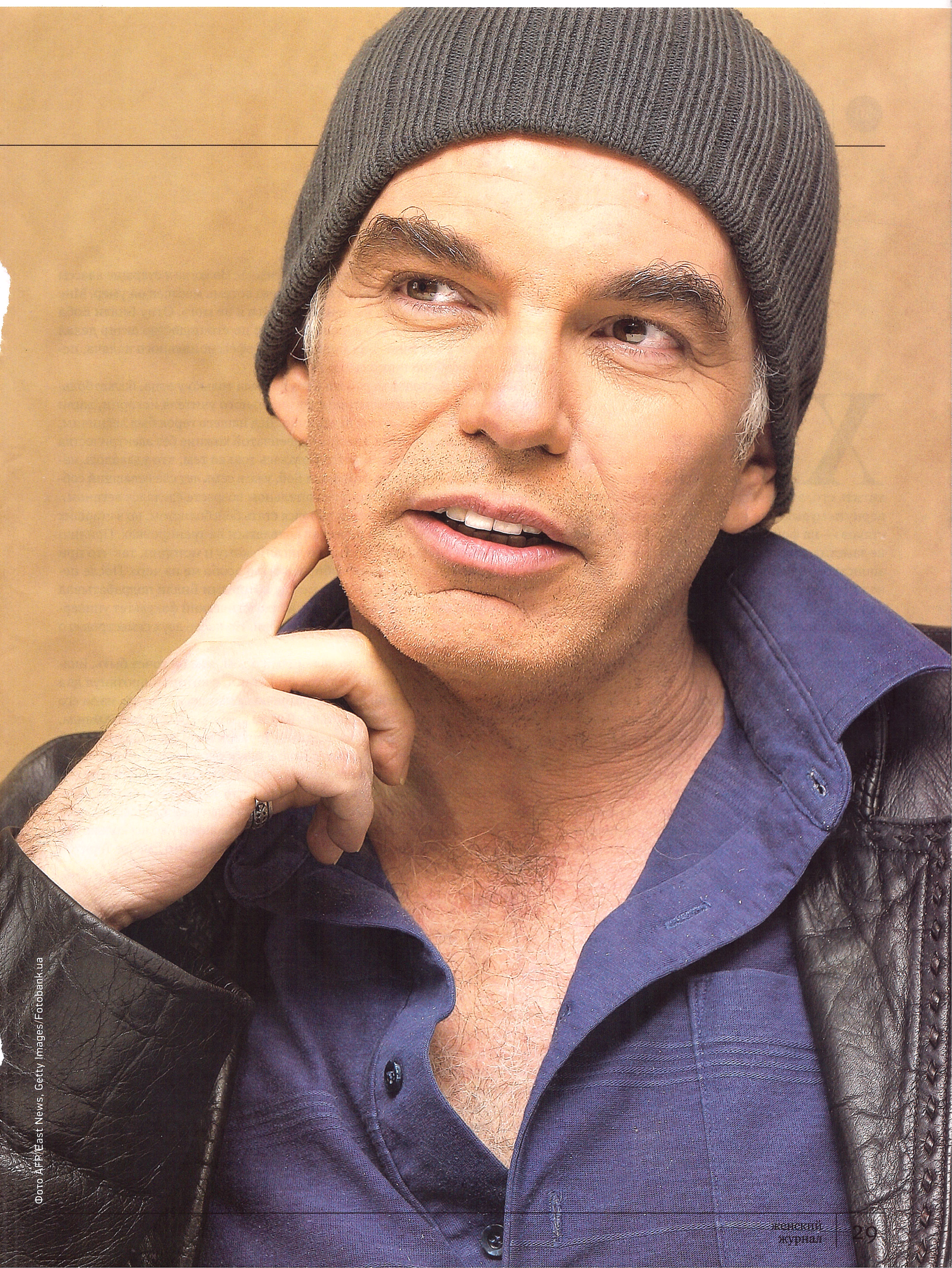


Фото AFP/East News, Getty Images/Fotobank.ua

Хижина в лесу

Однажды инопланетяне решили клонировать Тома Уэйтса. Похитить его, забрать генетический материал и вернуть музыканта на Землю было парой пустяков — на фоне очередного запоя он ничего не заметил. А вот во время работы, как пишут в анонсах к фильмам-катастрофам, что-то пошло не так. Получившееся в результате генетическое чудо было забраковано и отправлено в американскую провинциальную глушь штата Арканзас, где ему светило стать лесорубом или футболистом. Но гены «оригинала», как это всегда бывает, в конце концов взяли свое.

Если эта история покажется вам фантастической, то имейте в виду, что она более реалистична, чем подлинная история жизни Билли Боба Торнтона, «человека и парохода». Начать хотя бы с того, что его мать, полуитальянка-полуиндианка Вирджиния Роберта, урожденная Фолкнер, была экстрасенсом, причем официально признанным — она даже сотрудничала с местной полицией, помогая отыскивать пропавших людей. Сыну она предсказала «Оскар» и работу с Бертом Рейнольдсом. Сбылось и то, и другое. Реинкарнацией Франклина он себя считает тоже с ее подачи. Именно со своей матери Торнтон списал главную героиню мистического фильма «Дар» по своему сценарию (ее сыграла Кейт Бланшетт).

Своим сыновьям Вирджиния и ее муж Билли Рэй Торнтон, ирландец по происхождению, дали ковбойские имена: Билли Боб, Джимми Дон и Джон Дэвид. У старшего отношения с отцом не задались. В автобиографии «Пещера, полная призраков», недавно вышедшей на русском, он вспоминает об этом так: «Мама рассказывала, что папа был от меня без ума, пока я не научился говорить. А потом я ему, похоже, перестал нравиться. Короче, папа меня ремнем порол, бывало, а пару раз и кулаком заехал. В 16 я дал ему сдачи. После этого, в общем, прекратилось. Но когда я старшие классы закончил, у него нашли рак легких, и через восемь месяцев он умер. Мне он никогда не нравился, но ненавидеть его я не мог». Отцу Билли Боба тоже нашлось место в его фильмографии: по его подобию актер делал своего героя в картине «Бал монстров», профессионального палача, ненавидящего собственного сына.

Поскольку постоянная работа в семье была только у отца, баскетбольного тренера и по совместительству школьного учителя истории, жили Торнтоны небогато, зато эксцентрично. Дед нашего героя был лесничим, так что вся семья обитала в лесу, в бревенчатой хижине без электричества и с удобствами во дворе, и часто питалась только тем, что удавалось настрелять. Неудивительно, что Билли Боб, уже в семь лет свежевавший собственноручно убитых белок, в сознательном возрасте сделался веганом.

Под давлением отца Торнтон пытался стать бейсболистом, но в старших классах сломал ключицу и перестал появляться на тренировках. Приличные отметки он получал только по английскому и истории, так что при поступлении в университет выбирать было особо не из чего. После нескольких мучительных попыток, между которыми Билли подрабатывал асфальтоукладчиком, он поступил на психологический факультет университета арканзасского городка Аркадельфия. Но после двух семестров его оттуда отчислили.

В промежутках между размышлениями о том, кем он хочет быть, Билли Боб женился на некоей Мелиссе Ли Гэтлин, с которой протянул два года. Они разошлись, если верить прозрачным намекам супруги, из-за его «проблем с супружеской верностью». В этом браке родилась дочь Аманда, которая выросла без отца. Впоследствии Торнтон пытался наладить с ней контакт. Последний раз ее имя всплыло в новостях в связи с обвинением в жутком убийстве: Аманда присматривала за годовалой дочкой соседки и, разозлившись на малышку, ударила так, что та скончалась на месте. Преступление потянуло на 20 лет тюремного заключения, а пресс-служба Торнтона ограничилась комментарием о том, что актер уже несколько лет не поддерживает связи с дочерью. Но такое ощущение, что для нее Торнтон написал один из своих сценариев.

Любовь и голод

В начале 1980-х Билли Боб, который с юности мечтал быть музыкантом и успел поиграть в парочке местных групп, подумал, не рвануть ли ему в Калифорнию за американской мечтой — если не записать эпохальный альбом, то хотя бы стать кинозвездой. Но голливудская карьера Торнтона началась, как у многих, с работы официантом и полуголодного существования. Пару лет Билли прожил практически на одной жареной картошке, заработав в результате такой диеты проблемы с сердцем, усугубляемые наследственностью: от сердечного приступа в 30 лет умер его младший брат Джимми Дон. Голливуд заставил амбициозного провинциала похудеть (трудно поверить, но тощий и жилистый Торнтон в детстве был предметом насмешек из-за лишнего веса) и пристраститься к наркотикам. Из-за последних его второй брак, с актрисой Тони Лоренс, скоропостижно скончался через два года.

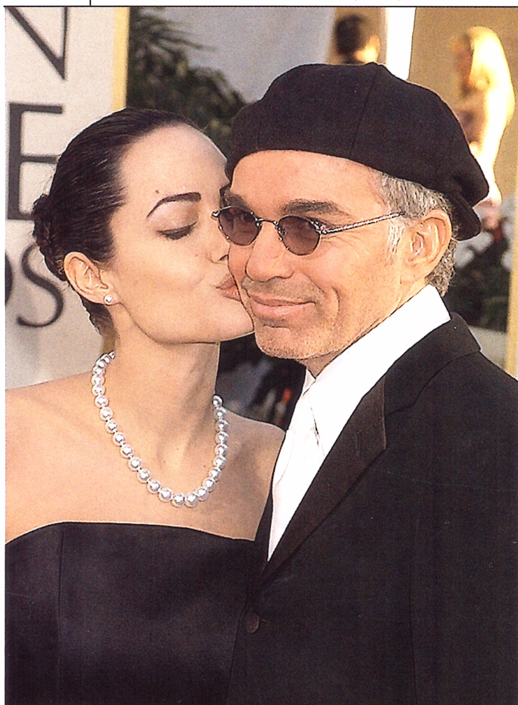


Анджелина в интервью твердила: «Когда я думаю о Билли, мне становится трудно дышать. Я готова пойти на все, лишь бы провести с ним лишнюю секунду»

Дорога к славе заняла 10 лет. Другой бы давно спился или махнул рукой, но Торнтоны (и клоны Тома Уэйтса) сделаны не из того теста. Как-то официант Билли Боб работал на рождественской вечеринке киношников, где разговорился с режиссером Билли Уайлдером. Тот откровенно заявил Торнтону, что он слишком некрасив для актера, и подсказал, что в Голливуде гораздо легче пробиться с хорошим сценарием, чем с резюме из двух десятков проходных ролей. Примеры Сильвестра Сталлоне и Мэтта Деймона с Беном Аффлеком это доказывают. Билли Боб с закадычным другом Томом Эпперстоуном написали сценарий детективной драмы «Один неверный ход», которую сняли за копейки и выпустили сразу на видеокассетах. Но невиданное дело: фильм стал настолько популярным, что его пришлось показать в кинотеатрах. После этого до «Отточенного лезвия», сделавшего Билли Боба Торнтона звездой, оставалось совсем немного.

От встречи с Анджелиной Джоли, впрочем, нашего героя отделяли еще два неудачных брака — с актрисой Синдой Уильямс и моделью Петрой Черняк. Последняя родила ему двоих сыновей, а при разводе обвинила супруга в домашнем насилии и добилась того, чтобы Билли Бобу в судебном порядке запретили приближаться к ней и детям. «Плохой мальчик», алкоголик, наркоман, неуравновешенный тип с лицом уголовника, играющий исключительно мерзавцев, — кто, кроме Анджелины, мог еще втрескаться в эдакое по самые уши?

Фото Eric Robert & Stephane Cardinale/Sygma/Corbis/FotoChannels



Досье

Рост: 183 см

Достижения: «Оскар» (за сценарий «Отточенного лезвия»), еще две номинации на него и четыре номинации на «Золотой глобус» («Простой план», «Плохой Санта», «Бандиты» и «Человек, которого не было»).

Имеет как минимум шесть татуировок (точное число никогда не называл).

Страхи: агорафобия (боязнь большого скопления людей), аэрофобия (боязнь самолетов), а также страх перед комодскими варанами, серебряными столовыми приборами и антикварной мебелью.

Живет в Лос-Анджелесе, в старинном особняке, в котором, по слухам, водились привидения.

Любимый город: Париж (где он купил пентхаус).

Любимый актер: Роберт Дювалль

Любимые режиссеры: Джоэл и Этан Коэны (в их фильме «Человек, которого не было» Билли Боб согласился сниматься, даже не читая сценарий).

Ангелы и демоны

Энджи стала пятой и последней женой актера — после развода с ней он окончательно уверился: «Такая штука, как брак, со мной не работает. Уж не знаю почему». Что интересно, Джоли пришла к такому же выводу. К настоящему времени они оба завязали с алкоголем и наркотиками, у обоих счастливые семьи: у Анджелины с Брэдом Питтом и кучей ребятишек, у Торнтона — с гримершей Конни Энгленд и девятилетней дочкой Беллой, которую он обожает. Но под венец, что бы ни писали журналисты, они оба не собираются.

Когда Торнтон и Джоли встретились, он был звездой, а она — «дочерью Джона Войта», которой оставалось совсем чуть-чуть до своего прорывного фильма «Прерванная жизнь». А началось все со слов менеджера Билли Боба: «Она — женская версия тебя. Мне отчаянно хочется, чтобы вы поработали вместе, только я боюсь вас знакомить, потому что вы поженитесь».

20-летняя разница в возрасте не помешала им сойти с ума друг от друга после первой же встречи. Тогдашняя подружка Торнтона, актриса Лора Дерн, узнала об их свадьбе из газет. Церемония продлилась 20 минут. Они обменялись кольцами и медальонами, в которые капнули по чуть-чуть собственной крови. Эти украшения журналисты превратили в целые флакончики с кровью — этого на самом деле не было. А вот то, что эти двое сделали татуировки с именами друг друга, — чистая правда. После развода тату пришлось сводить.

Это была веселая совместная жизнь, в которой супруги развлекались прыжками на батуте на заднем дворе своего дома (то-то соседи радовались, наверное) и съемками домашнего порно. Билли Боб посвящал жене стихи и баллады, Энджи в интервью твердила: «Когда я думаю о Билли, мне становится трудно дышать. Я готова пойти на все, лишь бы провести с ним лишнюю секунду». Говорят, все закончилось из-за того, что Анджелина хотела иметь детей, а ее муж после предыдущих опытов отцовства — не очень. В итоге она притащила в дом малыша из Камбоджи, с которым не расставалась даже по ночам. Билли Боб, поначалу давший было согласие на усыновление, почувствовал себя лишним на этом празднике материнства и потребовал развода. Позднее он утверждал, что дело было вовсе не в ребенке: «Я всегда считал себя каким-то Квазимодо или Призраком Оперы, и пока был с ней, думаю, это достигло некоего пика. Я никогда не чувствовал себя достойным ее». Сыграло свою роль и то, что популярность ушла от Торнтона к Джоли: после развода уже его называли «бывшим мужем Анджелины».

Самое замечательное во всем этом то, что после такой бурной истории они не стали заклятыми врагами. «Анджелина — удивительная женщина и одна из моих лучших друзей навсегда. Я буду любить ее до конца жизни», — признается Билли Боб. Джоли написала трогательное предисловие к его автобиографии, в котором нет ни слова неправды — и про его агорафобию, и про привычку писать стихи и сценарии ручкой в линованном блокноте. И самое главное: «Мир был бы до чертиков скучнее, если бы в нем не было этого человека». Мы до чертиков с этим согласны. ✷

Фото WireImage/Fotobank.ua








студия
Женского Журнала

8 АВГУСТА

ИСТОКИ ЖЕНСКОЙ СИЛЫ:
энергетические практики

АНАСТАСИЯ ФЕДОСЕЕВА,
практический психолог, тренер, исследователь древних мистических традиций, ведущая школ Таро и Рун

---

15 АВГУСТА

КАК ВСЕ УСПЕТЬ?
Баланс между семьей и работой

ЮЛИЯ БОЙКО,
сертифицированный бизнес-тренер компании BogushTime Technologies

---

12 СЕНТЯБРЯ

КАК УЛУЧШИТЬ ЗДОРОВЬЕ И НАСТРОЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ ПЕНИЯ:
звукотерапия для тех, кто любит петь

АЛЕНА ГРЕБЕНЮК,
украинская оперная певица, член жюри «ШоуМастГоуОн» на «Новом канале»

НАБОР НА КУРС

ИМИДЖ И ЭТИКЕТ:
приемы продуктивного общения

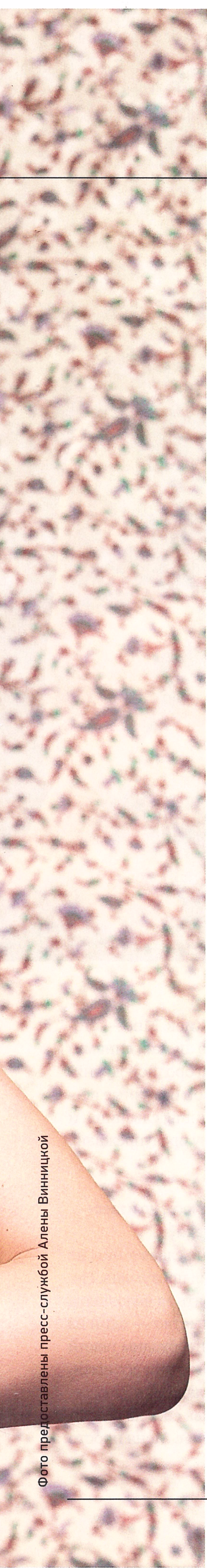
ГЕОРГИЙ МОНАХОВ,
преподаватель, эксперт по деловому имиджу, этикету и протоколу

19:00–22:00

Киев, ул. Жилянская, 31, 6-й эт.

(050) 445 92 57





Ощущение *колибри*

Карма артиста — быть постоянно на виду, регулярно выстреливать хитами, мелькать в светской хронике, всячески напоминать о себе даже тогда, когда хочется залечь на дно, никого не видеть и не слышать. АЛЕНА ВИННИЦКАЯ рискнула взять творческую паузу, чтобы решить, куда двигаться дальше. Нередко после таких перезагрузок люди кардинально меняют род занятий, но Алена вернулась к музыке — с новыми мыслями и ощущениями.

АВТОР *Виктория Куриленко*



Фото предоставлены пресс-службой Алены Винницкой


С мужем Сергеем Большим

Алена, побочный эффект популярности — необходимость постоянно ее чем-то подпитывать: новыми хитами, посещением светских тусовок. Наверное, в 20 лет — это интересно, а вот после 30 как? Не утомляет?

Жизнь в режиме соответствия чьим-то ожиданиям однозначно напрягает: ты постоянно должен что-то выдавать, будоражить умы, жестко следить за внешностью. Публика ведь желает видеть молодых и красивых. Пусть у тебя семь пядей во лбу, но если плохо выглядишь — останешься на обочине. Ну, и регулярно создавать хиты. От моей «плодовитости» зависят заработки всей команды — я ведь и автор, и композитор своих песен. Это тяжкий груз. Знаю, что должна писать новые песни, но в мировой практике нет артистов, которые все время выпускают хиты. У каждого творческого человека случаются периоды застоя, перезагрузки. Я же не станок, который печатает деньги или каждый день выдает супер-мега-хиты. К счастью, застойная полоса позади: песни снова пишутся легко. То, что я делаю сейчас, — это совсем другая, новая музыка. И скоро вы ее услышите. А «режим» за последние 11 лет превратился в наркотик. Без этого движения жизнь теряет краски. Да и разучилась я делать что-либо другое, хотя за плечами журналистское и режиссерское образование, опыт работы диджеем на радио. Но все эти навыки давно запылились.

Чем вы занимались, пока муза была в отпуске?

Изучила весь процесс росписи стекла под витраж. Теперь во дворе нашего дома стоят мои авторские фонари, причем все раскрашены в разных техниках, разными красками. Увлеклась фотографией. Снимаю небо — бордовое, оранжевое, облака необычных форм. На лавры фотохудожника не претендую, но в ближайшее время планирую в Киеве выставку своих работ. А еще за это время мы переехали за город — в деревянный дом. Поначалу не могла привыкнуть к тишине, ездила ночевать в Киев. Мне — стопроцентно городской жительнице — болезненно не хватало шума и динамики города. Но когда наступила весна, оценила все плюсы загородной жизни. Представьте: рассвет, туман, яблони цветут, птицы поют свои безумные песни. Ты выходишь на террасу с чашечкой кофе и все это видишь, слышишь и чувствуешь — ни с чем не сравнимое удовольствие! Но, сразу предупреждаю, зимовать лучше в городе.

Амбициозных, талантливых и целеустремленных личностей много, но известными становятся единицы. Каковы главные ингредиенты успеха?

Вокруг много способных артистов, которые хорошо поют, но слава к ним не приходит. И деньги вроде бы есть, и талант, и пиар-стратегия продумана. Недостает харизмы, притягательности, когда хочется повторять за человеком его слова, копировать мимику, жесты. Это врожденное качество — один из главных компонентов успеха. Но еще для попадания в топ необходим некий компонент чуда, счастливого стечения обстоятельств. В моей жизни все именно так и складывалось — неожиданно и необъяснимо. Приглашения быть ведущей на BIZ-TV, а потом солисткой в «ВИА Гру» свалились как снег на голову. Не могу сказать, что я прикладывала какие-то особые усилия. Меня просто несло по жизни.

Чудеса притягивает тот, кто остается в душе ребенком, живет играючи

Вам не кажется, что с возрастом чудеса случаются все реже и реже? Или мы просто теряем способность их замечать?

Это зависит от того, какие мысли у вас в голове. Пока внутреннее состояние чистое и прозрачное, вы радуетесь жизни — чудеса в ней случаются чаще. Но с возрастом человек становится прагматичнее, пытается все просчитать наперед, и удивительных событий становится меньше. Как только вы говорите себе: для достижения этой цели нужно сделать то-то и то-то — и следуете этим путем, результат всегда получается смазанным. Чудеса притягивает тот, кто остается в душе ребенком, живет играючи, а не программирует события наперед. Когда грянул кризис и все вокруг начали жаловаться: «Ой, ой, ой… я потерял деньги», — один мой друг, очень состоятельный человек, сказал: «Потеряю — не беда. Заработаю еще». И заработал! А если ныть и пытаться все в жизни спланировать — о чудесах можно забыть.

Алена, вы 20 лет в браке с Сергеем Большим. И работаете вместе. Сегодня такое постоянство тоже своего рода чудо. Как удалось, находясь изо дня в день бок о бок дома и на работе, сохранить нежные чувства?

Конечно, от одного и того же человека рано или поздно устаешь. И если люди не движутся вперед, не меняют своих привычек и увлечений — это катастрофа. Мы с мужем меняемся со скоростью звука и не перестаем удивлять друг друга. Сегодняшний Сергей — совсем не тот, которого я знала, например, в прошлом году. Теперь он еще и продюсер новой группы. Недавно он опять удивил меня: купил старый мотоцикл, покрасил его, разработал для него новый дизайн и гоняет с байкерами по улицам в немецкой каске. Безусловно, у него есть штамп поведения, но предсказуемость — не всегда плохо. Зная, что нравится человеку, а что нет, можно управлять его настроением. Я тоже стараюсь регулярно удивлять мужа. Для Сергея, например, было неожиданностью мое увлечение йогой.

Насколько важна для вас состоятельность мужчины? Могли бы быть спутницей человека, который зарабатывает меньше вас?

Скорее всего, нет. Даже если у него были бы какие-то супердостоинства. Бывает, мужчина очень интересен как личность и увлечен интересным делом, причем настолько, что заработок для него не имеет особого значения. Но такие люди, как правило, не женаты. Сегодня каждый мужчина понимает, во что ему обходится женщина — это всегда определенные деньги. Есть, конечно, энтузиастки, которые любят безвозмездно, поддерживают своего спутника и готовы зарабатывать вместо него, но я не из их числа. Я привыкла, что деньги у меня есть, и всегда могу при желании сделать какую-то спонтанную покупку. В нашей семье доход распределяется поровну, поскольку и зарабатываем вместе. Хотя до сих пор еще жив миф о том, что заработка мужчины должно хватать на содержание всей семьи. В 1960–70-е годы в США почти все среднестатистические семьи жили за счет одного кормильца. Но сегодня экономика в мире настолько изменилась, что один человек не в состоянии содержать всех. Тем более в нашей стране. Среди моих знакомых очень мало семей, где зарабатывает только один мужчина — это действительно первоклассные бизнесмены. Обычно работают оба — и муж, и жена. Выжить на одну зарплату просто нереально.

Понятие «супружеская верность» сегодня воспринимается как некий архаизм. Как думаете, один мужчина на всю жизнь не ограничивает наши познания о себе и о мире?

Иногда думаю о том, что, возможно, интересно было бы начать какие-то отношения заново, снова почувствовать эту романтику. Но потом спрашиваю себя, готова ли выключить Сергея из своей жизни, и понимаю, что это абсурд. Я старомодна в этом вопросе, но не осуждаю тех, кто живет иначе. Как по мне, вопрос «изменять или нет?» — из области осознанности выбора. Если ты всерьез хочешь быть с этим мужчиной, дорожишь им — тогда лучше не пачкать место, в котором живешь. Мылом эту грязь потом не отмоешь. Но если есть сомнения по поводу совместного будущего, люди вместе постольку поскольку, тогда измены вполне закономерны.

Как изменились ваши отношения в браке за 20 лет?

Былой романтики, конечно, нет. Зато мы гораздо реже ссоримся. Я стала аккуратней в эмоциях и высказываниях. У меня взрывной характер, могла раньше в порыве и словцо резкое выдать. Но теперь сто раз подумаю, прежде чем что-то сказать. Мне нравится это состояние, когда нет осадка от вчерашней несдержанности и не нужно заглаживать вину. За 20 лет я однозначно стала мудрее.

Фото предоставлено пресс-службой Алены Винницкой



Досье

АЛЕНА ВИННИЦКАЯ
Настоящее имя: Ольга Винницкая. Алена — публичное имя, с латыни переводится как «солнечная»; с ним к певице пришла слава. Паспортное имя «Ольга» режет ее слух.
Хобби: hand-made (лепка, рисование).
Метод энергетической подзарядки: молчание.
Парадоксальное открытие: порой нет разницы в эффективности кремов за $400 и $10.
Когда нечего делать: смотрит фильмы в домашнем кинотеатре.
Полезная привычка: крутить хулахуп 30 минут каждый день.

Сегодня модно усыновлять детей-сирот. Голливудские звезды — пример тому. А вы думали о том, чтобы взять ребенка в свою семью?
Пока я не готова к усыновлению, но восхищаюсь людьми, которые так поступают. Круче этого нет ничего. Взять чужого ребенка и любить, как своего — думаю, на это способны особые люди. Дети кардинально меняют жизнь, и когда это твой ребенок, перемены воспринимаются естественно. Но изменить все, к чему привык, ради приемного ребенка — для этого я еще не созрела.

Алена, не секрет, что есть некий возрастной ценз, после которого певице нужно прилагать дополнительные усилия, чтобы конкурировать с юными звездами. Не боитесь возрастных изменений? Что предпринимаете, чтобы сохранить молодость?
К процессу увядания отношусь философски: есть нечто, что ты не можешь изменить. Смысл тогда заморачиваться по этому поводу? Многие после 40 опускают руки: все, жизнь закончилась. Но вспомните фильм «Москва слезам не верит»: самое лучшее в жизни главной героини как раз и началось после 40. А насчет возрастных изменений — нужно просто заранее об этом подумать. Если следить за собой, вполне реально выглядеть отлично в любом возрасте. Я не завсегдатай салонов. Из всех возможных процедур остановилась на массаже лица. Нашла массажистку, которая постоянно привозит новые техники. Это идеальный вариант для тех, кто не намерен обращаться к услугам пластических хирургов. Еще я занимаюсь йогой. Не вникаю в индийскую философию, интересуюсь исключительно работой с телом и питанием. Как только я серьезно подошла к этому вопросу, поняла, что все мои проблемы решены.

Что же изменилось в содержимом вашей тарелки?
Год назад я отказалась от мяса млекопитающих — свинины, говядины, крольчатины, но оставила в меню рыбу и птицу. Замечу, что вегетарианство для меня хобби, а не культ. Если захочу съесть сардельку, пойду и съем — психическое здоровье дороже. Но в том-то и дело, что теперь уже почти не хочется. Я прочла много книг и поняла, что мясо не является человеческой пищей. Конечно, мы к нему привыкли за много веков — так сразу не откажешься. Но есть его в таких количествах, как это делают в наших семьях, — на завтрак, обед и ужин — это перебор: столько белка человеку однозначно не нужно. Я отказалась от всех консервированных продуктов, колбас, копченостей. Труднее всего было расстаться с колбасой. Не знаю, что в нее кладут производители, но это сумасшедший наркотик. Где-то спустя полгода увидела изменения: кожа подтянулась, ушли морщинки, формы стали еще более отточенными. Люди ведь обычно забрасывают в себя что попало, но организм — великая машина — все равно продолжает работать. А если кормить его правильно, «заливать качественный бензин», стартуют процессы восстановления. Теперь я легко двигаюсь, наклоняюсь, становлюсь на мостик — стали возвращаться давно забытые ощущения. Чувствую себя колибри.

Заметила по себе, когда меняю режим питания, сбрасываю вес — в моей жизни тоже что-то меняется: появляются новые люди, новые проекты. Изменилось ли что-то в вашей жизни с тех пор, как вы почувствовали себя колибри?
Когда человек избавляется от лишнего веса, начинает себе нравиться, излучать позитив, на этот свет, как мотыльки, слетаются люди и счастливые события. Когда ты в плохом настроении, происходит обратный процесс. Никто не хочет лететь на скучного, угрюмого, забитого человека. Вскоре после того как я отказалась от мяса, жизнь качественно изменилась — я вновь почувствовала прилив сил, ко мне вернулось вдохновение, сбросила как минимум лет 10. Теперь работаю допоздна, пишу новые песни. Словом, если хотите впустить в жизнь счастливые перемены, начните со своей тарелки. ✷

Фото предоставлено пресс-службой Алены Винницкой

СОБЕРИ ПАЗЛ – ВЫИГРАЙ ПОЕЗДКУ* В БУКОВЕЛЬ!





ШАГ 1 *(август)*
КУПИ Наш домашний журнал + ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ или ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ Здоровье > ВЫРЕЖИ ПЕРВЫЕ 2 ПАЗЛА

ШАГ 2 *(сентябрь)*
КУПИ Наш домашний журнал + ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ или ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ Здоровье > ВЫРЕЖИ ВТОРЫЕ 2 ПАЗЛА

ШАГ 3
СЛОЖИ ВСЕ ЧЕТЫРЕ ПАЗЛА > ОТПРАВЬ В РЕДАКЦИЮ

ШАГ 4 *(ноябрь)*
КУПИ НА ВЫБОР Наш домашний журнал ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ или ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ Здоровье > СМОТРИ РЕЗУЛЬТАТЫ КОНКУРСА

* Победители определяются редакцией путем случайной выборки

ПОДАРКИ

2 подарка от ТМ Remington:



Фен Remington D5000 E51 Compact 1800W

REMINGTON



Стайлер Remington Pearl

8 подарков от ТМ Russel Hobbs: Russell Hobbs



Кофеварка Mini



Утюг Steamtip Stainless Steel



Чайник Purity Kettle



Утюг Power Steam-Ceramic



Измельчитель Allure (для соли и перца)



Тостер Mini



Утюг Easy Fill



Тостер Jungle Green

100 «Наборов путешественника» от ТМ Iren Bukur



Тщательно подобранный экспресс-уход, который позволит вам сохранить красоту и обаяние.

Radisson BLU RESORT, BUKOVEL

ГЛАВНЫЙ ПОДАРОК – поездка на двоих в **Radisson Blu Resort (Буковель)**

Акция действует с 15.07 по 20.09.2013 года включительно по всей территории Украины. Детали акции на сайте www.pph.com.ua

Присылайте письма по адресу: 01033, г. Киев, ул. Жилянская, 31, ООО «ПЕРЕХИД ВИМЕНС ПАБЛИШИНГ», отдел маркетинга.

Имена победителей будут опубликованы в ноябрьских номерах «ЖЕНСКОГО ЖУРНАЛА», «ЖЕНСКОГО ЖУРНАЛА «Здоровье», «Нашего домашнего журнала».

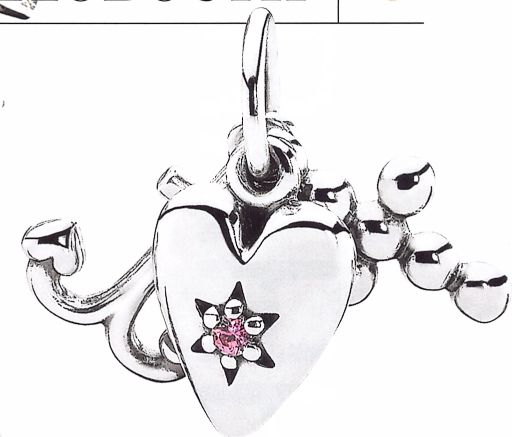


Автор Виктория Тищенко
Фото предоставлено FREYWILLE

ПОЗОЛОТИ РУЧКУ

Классические позолоченные часы «Принцесса Виктория» с эмалевыми подвесками от FREYWILLE не случайно ассоциируются со стилем хиппи-шик. По словам креативного дизайнера Симоны Грюнбергер-Вилле, девиз марки — дарить, как Джон Леннон, миру любовь, только не с помощью песен, а украшений. All we need.





АНГЛИЙСКИЙ ПОЦЕЛУЙ

Послать виртуальный поцелуй в любую точку земного шара можно с помощью нового проекта марки Burberry, в сотрудничестве с корпорацией Google, «Burberry Kisses». Программа позволяет дополнять электронные письма поцелуями. Просто чмокните экран своего гаджета, и адресат получит послание с отпечатком ваших губ. Подробнее на сайте www.kisses.burberry.com.

ЧАСЫ ДЛЯ СЧАСТЛИВЫХ

Часы из коллекции Pepito флорентийского бренда Marco Mavilla любит Кейт Мосс и другие знаменитости. Они больше походят на элегантные браслеты, чем на приборы точного времени. И носят их не как обычные часы — циферблатом вниз, демонстрируя усыпанную стразами Swarovski тыльную сторону. В Украине их можно купить в сети бутиков Otrada.

ИГРЫ ПАНДОРЫ

Браслет с подвесками (их называют charms) датской ювелирной марки PANDORA был создан 13 лет назад. И простая игра «собери свое украшение» увлекает нас по сей день. Какое удовольствие нанизывать на серебряную цепочку умилительные амулеты из золота, муранского стекла и драгоценных камней. Сказочные замки, короны, принцы и принцессы, царевны-лягушки и сердечки из новой летней коллекции добавят игривости сдержанному наряду.



ПОВТОРЕНИЕ ПРОЙДЕННОГО

Туфли Vara с бантом обожала Маргарет Тэтчер. Теперь их выбирают голливудские актрисы и it-girls. Заказать эксклюзивную пару Vara, подобрав цвет обуви, каблука и бантика можно на специальном сайте итальянского бренда Salvatore Ferragamo L'Icona (www.icona.ferragamo.com), а готовые лодочки продаются в монобрендовом бутике в киевском Пассаже.

ОТДАТЬ ШВАРТОВЫ!

$300–400 за сумку из парусины старых яхт? Даже такая цена не отпугивает рьяных поклонников американского бренда Sea Bags. В прессе эти изделия уже прозвали «роллс-ройсом пляжных баулов». Сумки на длинной ручке сшиты из настоящей парусины, продубленной ветрами и штормами. Приятный бонус к аксессуару — паспорт. В нем указано название шхуны и прописаны имена матросов, которые когда-то поднимали и опускали парус, использованный для данной сумки.



Автор Виктория Тищенко. Фото www.kisses.burberry.com, www.seabags.com, Claiborne Swanson Frank/www.icona.ferragamo.com, предоставлено компаниями MTI, Otrada

Fashion/Story

ОКРЫЛЕННАЯ



Платье **Vozianov**

Быть собой иногда значит быть другой. В толпе, где ты скована рамками чужих ожиданий, это непросто. Но ведь можно ненадолго сбежать в одиночество, на простор. Крыши городских домов превращаются в место встречи со своим тайным «Я». Странная, пугающая, прекрасная, женщина-стрекоза, женщина — летучая мышь — ты можешь стать кем угодно, когда разрешишь себе быть другой. Высота открывает новое — в тебе и в окружающих. Высота защищает от непонимания. Высота окрыляет.



Автор Ольга Переверзева





СЛЕВА:
Платье **L'UVE**
Сумка-трансформер **AM**

СПРАВА:
Босоножки **Casadei**



СЛЕВА:
Топ **Marchi**
Юбка **CYAN**
Босоножки **Camilla Skovgaard**
СПРАВА:
Шлем **L'UVE**
Кардиган **Zadig & Voltaire**







Юбка **L'UVE**
Топ **Alexander Wang**
Украшения **Zinaida Lihacheva**



СЛЕВА:
Комбинезон **OMELYA ATELIER**
Сумка **JIL SANDER**
Босоножки **CASADEI**

СПРАВА:
Топ, шорты, краги — **LITKOVSKAYA**





СЛЕВА:
Платье **L'UVE**

СПРАВА:
Украшение **Roman Lazar**



Модель Екатерина Шеремет, МА «L-Models»
Фотограф Юрий Балан
Макияж Анна Рудик
Прическа Максим Данилоф
Стиль Виктория Тищенко

Адреса магазинов на стр. 162
Благодарим за помощь в проведении съемок дизайн-отель 11 Mirrors



НАДЕЛИ? СНЯТО!

Мода вдохновляет кино, а кино — моду. Порой вселенная fashion вплотную приближается ко вселенной movie.

Американский дизайнер Анна Суи поместила снимки из фильма «Дни жатвы» на свой moodboard, а кинорежиссер Уэс Андерсон обратился к Марку Джейкобсу (Louis Vuitton) за созданием костюмов для фильма «Поезд на Дарджилинг. Отчаянные путешественники». В конце концов, не есть ли истинное призвание кутюрье в первую очередь наряжать нормальных женщин, а не бестелесных моделей?

КРИСТИАН ДИОР ДЛЯ МАРЛЕН ДИТРИХ

«Страх сцены» (1950)

«Нет Dior — нет и Дитрих», — заявила актриса на съемках фильма «Страх сцены». Она потребовала у Альфреда Хичкока, чтобы именно Кристиан Диор создавал наряды для ее героини Шарлотты Инвуд. Диор согласился — при условии, что в титрах укажут его имя как создателя костюмов. По окончании сьемок модельер подарил Дитрих все наряды: приталенные жакеты и шерстяную юбку-карандаш, многослойные шифоновые платья и шляпки. Актрису больше всего покорило розовое платье с боа из белых перьев. Эта накидка впоследствии стала настоящим must have на балах и светских раутах 1950-х годов.



ЮБЕР ДЕ ЖИВАНШИ ДЛЯ ОДРИ ХЕПБЕРН

«Завтрак у Тиффани» (1961)

Они были лучшими друзьями. Кутюрье писал стихи для актрисы, пек пироги и называл ее «малышкой». Поэтому вопроса, кто будет создавать костюмы для роли Одри в фильме «Завтрак у Тиффани», не возникло. Дизайнер сшил три черных платья — на выбор. Помните в начале фильма, когда героиня выходит из такси на Пятой Авеню в Нью-Йорке и направляется к ювелирному бутику Tiffany? Это было первое и главное платье, которое, по опросу жительниц Великобритании, вошло в десятку самых ярких нарядов прошедших 50 лет. Живанши сделал его настолько узким, что Одри с трудом в нем дышала и передвигалась. Тем не менее, для съемок выбрала именно его. Все три наряда сейчас принадлежат частным коллекционерам из Европы.

Автор Виктория Тищенко. Фото AFP (2)/Everett Collection (3)/Mary Evans/East News



ИВ СЕН-ЛОРАН ДЛЯ КАТРИН ДЕНЕВ

«Дневная красавица» (1967)

Они познакомились, когда 22-летняя Катрин решила купить платье от Yves Saint Laurent для своего визита к королеве Англии. Год спустя дизайнер создал для парижанки коллекцию платьев для фильма «Дневная красавица» режиссера Луиса Бунюэля. Героиня Денев в этой картине и сегодня выглядит современно — благодаря классическому французскому стилю, структурным пальто, твидовым костюмам и маленькому черному платью с белым воротничком. Фильм вдохновляет и современных дизайнеров. Коллекции Chanel осень-зима — 2011/12, Louis Vuitton осень-зима — 2011/12 и Ralph Lauren весна-лето — 2013 — явное тому подтверждение.





РАЛЬФ ЛОРЕН ДЛЯ ВУДИ АЛЛЕНА И ДАЙАН КИТОН

«Энни Холл» (1977)

К тому времени Ральф Лорен уже прославился своими рубашками поло, и хотя создавал только мужскую одежду, придумать наряды для героини фильма ему было несложно. Собственно, он одел главных персонажей в практически одинаковые вещи — даже не всегда ясно, где Элви Сингер, а где Энни Холл. Тем не менее, брюки, белые рубашки, жилеты и клетчатые галстуки прочно вошли как в мужскую, так и в женскую моду. Стиль «леди-денди» стал одной из главных тенденций и сезона осень-зима — 2013/14.

> Жан-Поль Готье для фильма «Пятый элемент» создал 954 костюма — которые мы вряд ли где-то увидим, но точно не забудем

ЖАН-ПОЛЬ ГОТЬЕ ДЛЯ МИЛЛЫ ЙОВОВИЧ

«Пятый элемент» (1997)

Люк Бессон попросил эпатажного дизайнера создать такие наряды, которых зритель никогда в жизни не видел и больше никогда не увидит. «Вещи оказались скользкими, постоянно сползали, давили и разматывались. Нельзя сказать, что я была огорчена, когда работа над фильмом закончилась и я наконец смогла все с себя снять», — вспоминает Мила. На это заявление Готье ответил: «Стиль “Пятого элемента” — это французский футуризм, не лишенный сексапильности и щегольства. Возможно, не всегда комфортный». Дизайнер создал для картины 954 костюма — которые мы вряд ли еще где-то увидим, но точно не забудем.



RODARTE ДЛЯ НАТАЛИ ПОРТМАН

«Черный лебедь» (2010)

Сестрам Малливи (марка Rodarte) непросто было работать со взыскательной Портман. Натали требовала, чтобы сценические костюмы ее героини отличались от основных коллекций марки, но чтобы при этом был заметен дизайнерский почерк сестер. И таки добилась своего. Безупречно сшитые, немного трешевые гетры и юбки с обилием декора и перьев, которые Кейт и Лаура пришивали вручную, идеально вписались в гардероб неврастенички Нины. Портман и Аронофски были в восторге. Зрители тоже.

Великая комбинаторша

Страсть к ярлыкам пора оставить в прошлом — люксовые бренды и масс-маркет давно говорят на одном языке. Смешать гениальный fashion-коктейль сложно лишь в первый раз. Свободное владение искусством комбинировать самые разные вещи — это то, что сегодня называют неповторимым стилем.

АВТОР *Марина Федосенко*

ВОСХИТИТЕЛЬНОЕ ПЛАТЬЕ, великолепная блуза, воздушная юбка... Если первым возникает впечатление, а не вопрос о марке — вы на верном пути. Приятную компанию готовы составить великие комбинаторы. Для начала — неподражаемая Патрисия Филд. Блистательная работа стилиста не только сделала культовым сериал Sex in The City, но и заложила новые принципы гардероба.

ДОВОЛЬНО ОСТРОУМНОЕ СОЕДИНЕНИЕ моделей из последних коллекций Chanel, Hermès, Oscar de la Renta и Manolo Blahnik с безымянными жакетами, футболками и джинсами оказалось откровением конца 90-х. Дерзкое сочетание подчеркнутой роскоши и демократичных основ, слегка приправленное винтажными аксессуарами, стало началом модной революции.

ЭТОТ ПОДХОД, АБСОЛЮТНО ЛОГИЧНЫЙ для художника по костюмам, моментально подхватили редакторы глянцевых журналов. Сверхновые звезды, переполненные стремлением к славе, сравнимой с успехом Сары Джессики Паркер, также поддержали Патрисию. Сегодня авторы популярных fashion-блогов не случайно занимают первые ряды во время модных дефиле — выучили наизусть всю Филд.

КАК СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ В ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ внимание доставалось исключительно вам? Ответ очевиден: мыслить образами. Стоит сравнить жизнь с хорошим кино, в котором у вас, безусловно, главная роль. Эта невероятно увлекательная игра предполагает, что платья акцентируют индивидуальные черты, а каждый эпизод требует уместного костюма.

ПОСКОЛЬКУ ВЫ, ОПРЕДЕЛЕННО, НЕ ДЖЕЙМС БОНД, весь фокус в том, чтобы смешать, но не взбалтывать. Правильный комплект должен притягивать взгляды, служить идеальной оправой — совершенно лаконичной или же подчеркнуто причудливой, по вкусу. Секрет удачного образа — это ощущение гармонии. И дело точно не в дизайнерах и марках, которые в идеале должны стать вашими союзниками.



Фото Figaro/East News

Все, что не делает вас исключительной, не украшает и не вдохновляет, пора выбросить, без сожаления и не принимая во внимание логотипы



Шала Монрок

ВСЕ СМЕШАЛОСЬ В ГЕНИАЛЬНОМ ГАРДЕРОБЕ. Но правила, несомненно, существуют. Как и во многих жизненных ситуациях, начинать необходимо с себя. Наряды главной героини должны быть не только особенными, но и любимыми. И это повод для ревизии в платяном шкафу. Все, что не делает вас исключительной, не украшает и не вдохновляет, пора выбросить, без сожаления и не принимая во внимание логотипы.

СРЕДИ ЗНАМЕНИТОСТЕЙ, которые с изяществом совмещают люксовые бренды и масс-маркет, встречаются самые разные типажи. Попробуйте найти среди тех, кто не прибегают к ежедневной помощи стилистов, близкую вам особу. Идеалы Патрисии Филд стали основой гардероба для многих. Например, Кристина Риччи, Дайана Крюгер, Алекса Чанг и Шала Монрок уже давно возглавляют списки безупречно одетых женщин.

У КАЖДОЙ СВОЙ СОБСТВЕННЫЙ СТИЛЬ. Миниатюрная Кристина Риччи выбирает простые джинсы и майки, дополняя их дорогими жакетами и большими сумками из последних коллекций. Спортивная Дайана Крюгер предпочитает микс уличного стиля и классики, а также качественные вещи из кожи и яркие брендовые очки. Пропорции простых и дизайнерских вещей можно определить как fifty-fifty.

РОМАНТИЧНАЯ АЛЕКСА ЧАНГ часто добавляет к вытертым голубым джинсам и безымянным платьям-сорочкам маленькие сумочки Chanel. Экстравагантная Шала Монрок без ума от этнических принтов Prada, но иногда заказывает вещи по собственным эскизам и покупает украшения на блошиных рынках. Удачные вкрапления винтажа всегда придают гардеробу интеллект — если речь не о чрезмерном увлечении ретро.

ПЕРЕХОДЯ НА ЛИЧНОСТИ, несложно заметить, что fashion-коктейли сообщают любому образу эффектную непринужденность. Учитывая особенности фигуры, а также черты характера, легко выбрать индивидуальные базовые вещи. Это могут быть футболки из органического хлопка, как у Кейт Мосс, брюки-«дудочки», как у Диты фон Тиз, или прозрачные блузы, как у Жозефин де ля Баум. Если вы определили, какие предметы станут основой большинства образов, ищите их в самых разных местах — в этом случае марки теряют исключительную власть.



1 Band of Outsiders 2 Golden Goose 3 Bottega Veneta 4 Karl Lagerfeld 5 Mark Davis 6 Delvaux 7 Karen Walker 8 Marc by Marc Jacobs 9 Christian Louboutin

Фото REX/Fotodom.ua (2); предоставлены компанией Helen Marlen Group (Karen Walker, Bagghy, Marc by Marc Jacobs)



Дайана Крюгер

ТО ЖЕ МОЖНО СКАЗАТЬ И О МОДНЫХ ТЕНДЕНЦИЯХ СЕЗОНА. Выбирая те, что отвечают вашему настроению, вы можете поддержать их, следуя за Valentino и Yves Saint Laurent. При этом закрепить удачную мысль помогут демократичные марки COS или Massimo Dutti. Здесь действует общее правило: не покупайте платья с витрин или слишком узнаваемые наряды. В случае с дизайнерской вещью вас уличат в отсутствии собственного мнения. В случае с масс-маркетом вас ожидает атака клонов.

В ОСНОВЕ ВЫБОРА, кроме прочего, должно быть внимание к качеству. Костюм Michael Kors действительно выше всяких похвал, кожаный жакет Halston выглядит произведением современного искусства, нежное платье Max Mara готово стать поводом для торжества... Если под костюм надеть крахмальную рубашку TopShop, черную кожу оттенить невесомым топом Asos, а поверх платья надеть смокинг-жилет H&M, комплекты будут выглядеть цельно.

НЕ СУЩЕСТВУЕТ ЖЕСТКИХ ЗАПРЕТОВ. Актуальная fashion-формула — это формула равновесия. Карамельно-розовую тунику из круизной коллекции дополнит грубый ремень Diesel, белые шорты Chanel будут хороши со спортивной ветровкой, а сарафан работы индийского мастера готов стать фоном для красной Birkin. Обуви и сумкам — особое внимание. И это территория, где люксовые бренды определенно возьмут верх. А если изредка уступят место, то максимально простому клатчу или прогулочным туфлям.

И, НАКОНЕЦ, ПРИПРАВА — ВИНТАЖ. Очень легко увлечься, путешествуя по лондонскому Portobello, или дефилируя по субботнему рынку в Мюнхене. Оставьте для себя только культовые вещи — хрустальную сумочку начала прошлого века, экстраординарные очки Alain Mikli, прозрачный пластиковый плащ 60-х или серебряную брошь Made in Norway. По-настоящему прекрасные образы не погружаются всецело в ностальгию, не следуют слепо моде, не отвлекают от главной героини. Важно сберечь ощущение свежести, чувство легкости, игривое настроение, момент триумфа. И пусть в этом помогут LV и Levi's.✷



1 Stella McCartney 2 Albertus Swanepoel 3 Thierry Lasry 4 Bagghy 5 American Vintage 6 Reed Krakoff 7 Lanvin

КРАСОТА ПО-ГРУЗИНСКИ

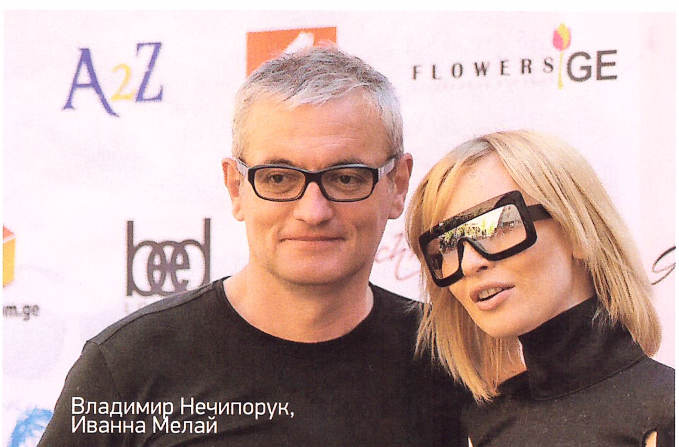
В этом году сессия Ukrainian Fashion Games во второй раз прошла в артистической Грузии. Гостей встречала столица. И как обычно бывает в Тбилиси, престижность, значимость, светскость и профессионализм наполнились чем-то бо́льшим, внежанровым, проще — дружеским участием. Грузинские Ukrainian Fashion Games — встреча друзей, на которой дизайнеры обменивались лучшими идеями в лучшей атмосфере. Свои коллекции в рамках проекта представили Avtandil Tskvitinidze, KamenskayaKononova, v o z i a n o v, Zemskova&Vorozhbyt, DS`DRESS by ALONOVA, Ainur Turisbek, Tamuna Zautashvili, Anastasia Ivanova и Marta Holod. В показах также участвовали грузинская модель Кристи Кипшидзе и украинская телеведущая Соломия Витвицкая.


Кристи Кипшидзе


Марта Холод


Ирина Данилевская


Автандил Цквитинидзе


Владимир Нечипорук, Иванна Мелай


Татьяна Федорченко, Ирина Данилевская, Наталья Ворона


Саят Досыбаев


Федор Возианов и Ольга Аленова


Ануки Арешидзе

Автор Юлия Рукавицина. Фото Александр Пилюгин/предоставлено JetSetter.ua



Коллекция Avtandil Tskvitinidze



Коллекция DS dress by ALONOVA



Коллекция Ainur Turisbek



Елена — Девушка Блонда



Коллекция Avtandil Tskvitinidze



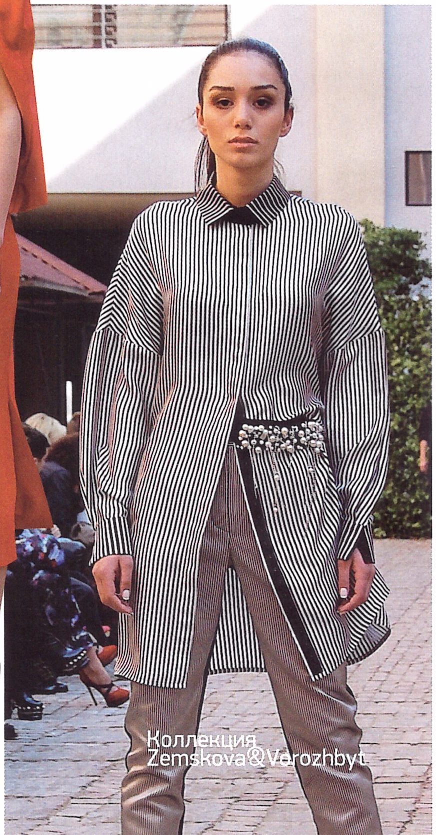
Коллекция vozianov



Коллекция Ainur Turisbek



Коллекция Kamenskaya Kononova



Коллекция Zemskova&Verozhbyt



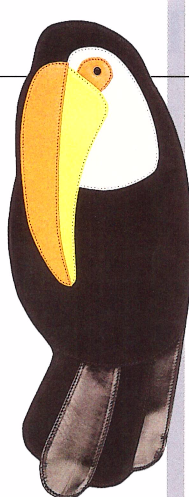
ВОЗЬМИ НА РУЧКИ

«И в пир и в мир» — это как раз о них. Любая из этих забавных сумочек обеспечит вам проходной балл в модный сезон.

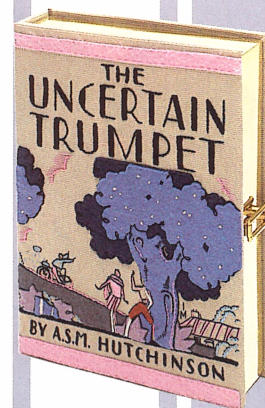
Автор Виктория Тищенко. Фото Сергей Хандусенко; предоставлены компанией Helen Marlen Group (Olympia Le-Tan), www.net-a-porter.com

В каждой из нас живет маленькая девочка, которая любит играть. Взрослая шалунья плюшевым мишкам предпочитает сумочки в виде попугая или бумажного кораблика.

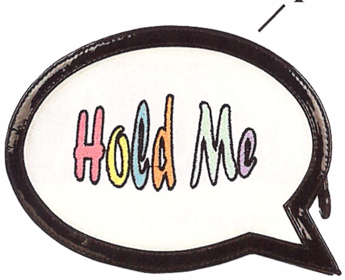
2



3



4



5



6



7



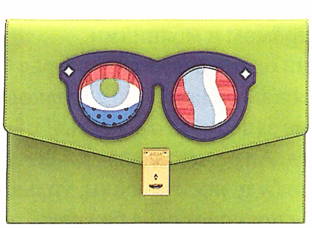
8



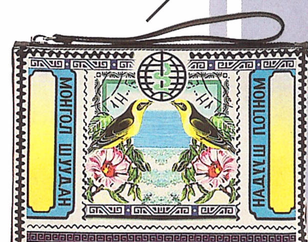
9



10



11



1, 6 Moschino Cheap & Chic
2 Charlotte Olympia
3 Olympia Le-Tan
4 Sophia Webster
5, 9 Versace
7 Corto Moltedo
8 Kate Spade
10 MCM
11 Mary Katrantzou



НИЖЕ ПОЯСА

Этим летом юбки полностью рулят гардеробом. Такие полномочия им дали практически все дизайнеры. Fashion-редактор ВИКТОРИЯ ТИЩЕНКО предлагает юбкам не жаркую, но вполне достойную компанию.

«Я шла по Цюриху в коротенькой юбке из перьев. Фигура позволяет. И парализовала трамвайное движение. Поглазеть на меня остановились сразу два вагоновожатых», — рассказывает подруга. В эту минуту она почти демоническая женщина Анастасия из «Альтиста Данилова». Может от избытка чувств не только спровоцировать трамвайный затор, но и вызвать грозу с громом и молниями.

Я не знаю ни одной девушки, которая была бы безразлична к юбкам. «Надела эту шелковую юбку от Céline и чуть не заплакала от счастья!» — признается другая подруга. А третья заявляет: «Лично я никогда не носила и не буду носить юбки, только джинсы!», а спустя месяц покупает себе бежевую плиссировку. Недавно заказала на net-a-porter.com юбку годе от Lanvin. Ждет посылки как манны небесной. Прав был Джеймс Бонд: «Никогда не говори “никогда”».

Фото Figaro/East News

В этом сезоне поменять свои взгляды брючных маньячек вынуждает огромное разнообразие юбок — на любой вкус и цвет.

Есть юбки, в которых ходят на встречи, есть, в которых соблазняют мужчин. И существуют такие, в которых сидят на берегу океана со стаканчиком «Мохито». Это юбки-трудяги: свои дни они проводят в движении, под лучами ультрафиолета, часто оказываясь то на песке, то в кресле кинотеатра. Хозяйки относятся к ним без благоговения, как к спортивной форме.

Но есть и другие — из дорогих тканей, богато декорированные, снабженные бирками с надписью dry clean only, «стирать строго запрещено». Их сцена — светские приемы и вечеринки.

А что же носить этим летом? Одни дизайнеры выбрали рабочий вариант, тот, что попроще, другие — побогаче. Но на самом деле ни скромность, ни роскошь не сделают в вашем шкафу революции, так что покупайте оба варианта.

Возьмем обычную ***льняную юбку.*** Она придает образу расслабленности, поэтому лучше всего будет смотреться с белой туникой, замшевыми босоножками бежевого или коричневого оттенка, цветочными украшениями и светлым сложно скроенным жакетом от Alexander Wang. И не забудьте закатить рукава, как это делает любительница пацифистского шика Ирина Лазаряну.

Стелла Маккартни носит ***юбку солнце-клеш*** из сезона в сезон, комбинируя ее с полупрозрачными топами всех цветов радуги, туниками, мокасинами, босоножками, летними сапогами. Мы от себя добавим лишь соломенную шляпу и очки в деревянной оправе.

Есть дизайнеры-аккуратисты вроде Веры Вонг, для которой чистота линий силуэта прежде всего. Если вы солидарны с ней, будете выглядеть безупречно в ***юбке годе*** ниже колена с накрахмаленной рубашкой с острым воротником, крупным колье и босоножками на платформе.

Некоторым интереснее не классические силуэты, а необычные кутюрные модели: ***ассиметричная юбка*** от Ann Demeulemeester, лохматая ***набедренная повязка*** от Miu Miu или ***прозрачная юбка*** от Rag&Bone. К последней, правда, лучше приобрести подъюбник.

Но на такие ***кутюрные и эпатажные юбки*** надо еще настроиться, смелости набраться. Ведь не все понимают, как такая чудаковатая вещь, похожая на театральный костюм, может быть носибельной. Но действительно может! Главное — подобрать правильный верх: трикотажный однотонный джемпер, гладкую футболку без узоров, рубашку в пудровых тонах, сбалансировав образ ярким украшением из крупных камней. И все дела. Обувь при этом должна быть простой, без декора. Бежевые лодочки наше все!

Лучшей парой для ***длинной прямой юбки*** станет шифоновая блуза, свитер крупной вязки под поясок и сандалии на плоской подошве. А из украшений — массивные браслеты или серьги. Только запомните золотое правило: «Наденьте аксессуары, внимательно посмотрите на себя в полный рост и снимите что-то одно».

Что касается объемной сверху и зауженной книзу ***юбки-тюльпана***, то этот фасон является скорее вечерним, нежели вариантом для трудовых будней. Хорошо, если «тюльпан» будет из парчи, крученой пряжи, атласа или тафты. Из обуви — только шпильки. Верх в таком комплекте должен быть либо обтягивающим, либо с глубоким вырезом, но ни в коем случае не объемным. Зачем добавлять себе лишние килограммы?

На днях в интернете наткнулась на снимок Деборы Энн Уолл, сделанный на очередном светском мероприятии в Нью-Йорке. На фото актриса стояла в самой, на первый взгляд, невзрачной черной ***кожаной юбке*** до колен. «Бинго! Вот спасение на следующие пару сезонов», — подумала я. В голове тут же закрутились образы. Американская актриса Блейк Лайвли в синей кожаной юбке и блузе с принтом в этническом стиле. Виктория Бекхэм в коричневой трапеции, боди и оранжевых шпильках. Ну и модель Алекса Чанг вместе с парой модниц в кожаных мини от Saint Laurent и разноцветных жакетах перед показом французского Дома в садах Тюильри. В августе буду носить кожаную юбку с белыми мужскими рубашками и нежными цветными майками.

А кому увлечение кожей не по душе, то, как говорила Коко Шанель, «пропустите этот сезон, если его тенденции вам не подходят». Или присмотритесь к другим фасонам и материалам — выбрать есть из чего.

Заглавное настроение этого сезона — спортивная женственность — не могло не вернуть на подиумы ***юбку в паре со спортивной обувью.*** Первой примерила такой образ Мирослава Дума. Разноцветные кеды или кроссовки с юбкой





В августе будем носить кожаную юбку с белыми мужскими рубашками и нежными цветными майками

1 Gucci
2 The Row

и бомбером напоминают двойки Chanel: мадемуазель тоже боролась за то, чтобы элегантность была удобной. Йоджи Ямамото дополнил юбку шелковой ветровкой и сине-белыми кроссовками Y-3, воскресив коллекцию Vivienne Westwood 20-летней давности с ее спортивными вещами из тартана. Но самый сексуальный вариант — носить кеды с юбкой-карандашом. Облегающий силуэт позволит и в массивной обуви выглядеть изящно.

Оставшийся с прошлого сезона ***шотландский килт*** по-прежнему в моде. Есть в этой юбке какая-то уютная домашняя необязательность, и даже беззащитность. Килт в мелкую или крупную клеточку днем носите с майкой, джинсовой курткой и лоферами, а вечером — с однотонной блузой и обувью на шпильке. Без украшений.

Раф Симонс (Christian Dior) советует одеть на летнюю вечеринку ***кринолиновую юбку*** из органзы с черным топом под горло и шарфиком в тон юбки. Дизайнерский дуэт Пьер Паоло Пиччоли и Мария Грация Кьюри (Valentino) видит женщину в расклешенной ажурной юбке



1 Camilla and Marc 2 BNS 3 Marsh Grass
4 Reed Krakoff 5 Paloma Barceló



1 Paul Smith 2 Victoria Beckham 3 Aurélie Bidermann
4 Red Valentino 5 Lanvin 6 Sergio Rossi



1 Equipment 2 Alexis Bittar 3 Carven
4 Michael Michael Kors 5 Giuseppe Zanotti

Фото предоставлены компаниями Helen Marlen Group (Saint Laurent, Sergio Rossi, Equipment, Victoria Beckham, Michael Michael Kors), Villa Gross(Rupert Sanderson)

и шифоновой блузе с белым воротничком и манжетами. А вот Александр Вонг настаивает на продолжении тенденции прошлого сезона — ***юбке поверх брюк или леггинсов.*** Такой вариант подходит и юным барышням, и дамам постарше.

«Каждый раз, когда я надеваю юбку, у меня улучшается настроение», — говорит американский дизайнер Тори Берч. Для своей последней коллекции она тоже сделала парочку — чтобы и мы могли приобрести обновку и порадоваться.

Купить юбку на лето стоит не только ради хорошего настроения, а еще и потому, что, во-первых, в ней не жарко, во-вторых, она никогда не выйдет из моды, ну и в-третьих, эта вещь является самой сексуальной частью как женского, так и мужского гардероба. Взгляните на коллекции Givenchy и Rick Owens. Думаю, в таком виде парни точно остановят трамвай. Особенно, если водителем будет женщина. Притормозит, чтобы рассмотреть фасон и пощупать ткань.✷



1 Alexander Wang 2 Hervé Van Der Straeten
3 Altuzarra 4 Saint Laurent 5 Rupert Sanderson



1 Diane Von Furstenberg 2 Roksanda Ilincic
3 Rosantica 4 Valentino 5 Alexander McQueen



1 Isabel Marant 2, 3 Delpozo
4, 5 Charlotte Olympia



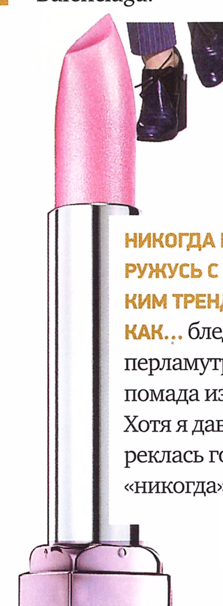
Эта блондинка, пожалуй, самая жизнерадостная украинская телеведущая. Мы вызвали Васю на откровенность накануне выхода фильма «Ломбард» Любомира Левицкого, где она сыграла одну из главных ролей.

ВАСИЛИСА ФРОЛОВА

МОЕ УТРО НАЧИНАЕТСЯ... в 12 часов дня.
НЕ ВЫЙДУ ИЗ ДОМА БЕЗ... карандаша для глаз, БАДов, мицеллярной воды и, конечно же, совести.
ХОТЕЛА БЫ ПРОЧЕСТЬ ДНЕВНИК... свой собственный, лет так через 50.
ОБОЖАЮ ПОКУПАТЬ ВЕЩИ... через интернет. Там всегда можно найти что-то интересное — одежду, обувь, украшения, которые я вряд ли увижу еще на ком-то.
СТАРАЮСЬ ИЗБЕГАТЬ... чрезмерной привязанности к людям и вещам. Все, что превращается в привычку, пусть даже приятную, обречено уйти из моей жизни.
ВСЕ ВРЕМЯ ПОКУПАЮ СЕБЕ... сумки. Иногда ищу сумку под какой-то образ, а бывает, просто понравится модель — беру и уже потом нахожу ей компанию.
В МОЕЙ СУМОЧКЕ ВСЕГДА... порядок.
СРЕДИ ПОСЛЕДНИХ ПОКУПОК... два кронштейна для одежды.
МНЕ НЕ ЖАЛЬ ПОТРАТИТЬ БОЛЬШУЮ СУММУ НА... обновление программ в моем ITunes. Не представляю жизни без гаджетов.
ОБУВЬ ПОКУПАЮ... только на убывающую луну. И не смейтесь.
ЛЮБЛЮ ХОДИТЬ НА ШОПИНГ... одна. Мне нужно все обдумать, редко делаю спонтанные покупки.
МОЕ ПЕРВОЕ ВОСПОМИНАНИЕ О МОДЕ... связано со школой. Мама шила мне потрясающие наряды, которые я гордо выворачивала наизнанку, показывая качество швов.
САМЫЙ СТАРЫЙ ЖИТЕЛЬ МОЕГО ГАРДЕРОБА... валенки ручной работы львовских дизайнеров. Купила их прямо с подиума лет 10 назад.
ТОЧНО ЗНАЮ, ЧТО МНЕ ИДЕТ... влюбленность.
МОИ ЛЮБИМЫЕ БЬЮТИ-МАРКИ... Kerastase, L'Occitane, Clarins и La Mer. Я бьютиголик. Постоянно экспериментирую с новыми марками и средствами.
САМОЕ ЛУЧШЕЕ ИЗОБРЕТЕНИЕ В МОДЕ – ЭТО... стиль унисекс.
СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ «ЖЖ» ОТКРОЮ СЕКРЕТ... я ношу невидимые брекеты. ✷



ЛУЧШИЕ НАРЯДЫ, КОТОРЫЕ Я КОГДА-ЛИБО ВИДЕЛА... все образы Balenciaga.



НИКОГДА НЕ ПОДРУЖУСЬ С ТАКИМ ТРЕНДОМ, КАК... бледная перламутровая помада из 90-х. Хотя я давно зареклась говорить «никогда».



ЛЮБИМЫЙ ТРЕНД ЭТОГО СЕЗОНА... обувь с острым носком.

Автор Виктория Тищенко. Фото УНИАН, Zeppelin/East News (2), Jimmy Choo

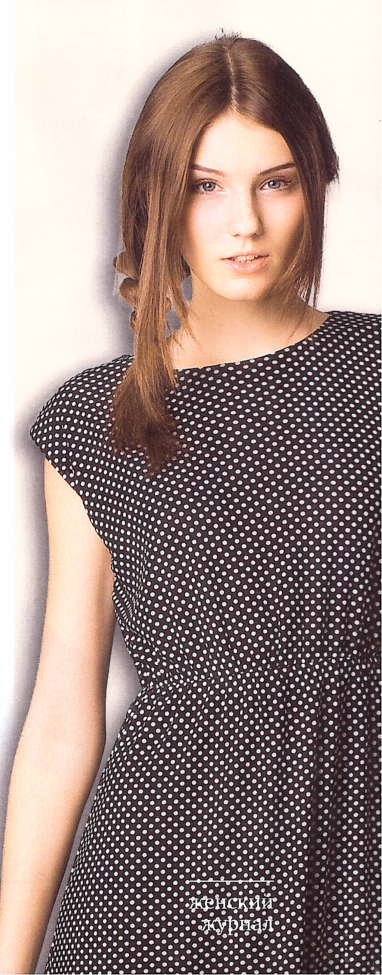
ДЕВЧОНКИ **НА МИЛЛИОН**

Однажды Мадонна попросила дизайнеров сшить копии своих вещей для дочки Лурдес. Идею одинакового семейного гардероба подхватили Дома Chanel и Lanvin, создав коллекции без четкого разделения на мамины и дочкины вещи. Сегодня подобные наряды представляет и торговая марка Kira Plastinina.

Главное при создании гардероба в стиле family look — выбор объединяющего элемента. Это может быть силуэт, принт, фактура, украшение или обувь. Шелковый бомбер, шифоновая юбка, бежевая блуза с бантом и цветные балетки из новой коллекции Kira Plastinina — универсальные вещи для модных мамы и дочки. Их можно как комбинировать друг с другом, так и носить по очереди, дополняя аксессуарами.







Больше об осенней коллекции Kira Plastinina: www.look.feelgood.ua www.sunny7.ua

Автор Виктория Тищенко. Фото Shutterstock (2); предоставлены компанией Kira Plastinina Ukraine

ЗОВ ПРЕРИЙ

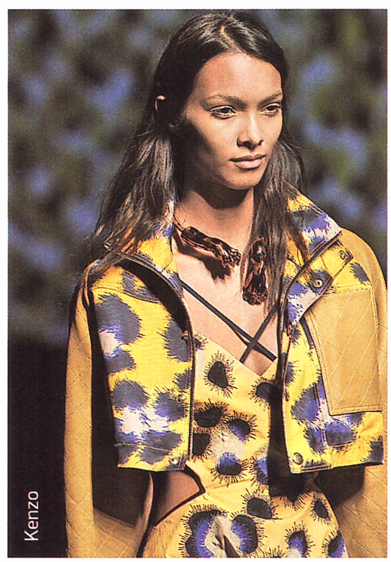
Образ подружки Индианы Джонса, затерявшейся в дюнах Сахары или на просторах плато Наска, вдохновил дизайнеров на создание комбинезонов цвета хаки, жакетов и блуз табачного оттенка с накладными карманами и рубашек в стиле первых колонистов. А еще сумок, ожерелий и босоножек, которые подтвердят, что вы приручили не одно дикое животное. Ищите стильные варианты у Salvatore Ferragamo, Loewe и Kenzo.



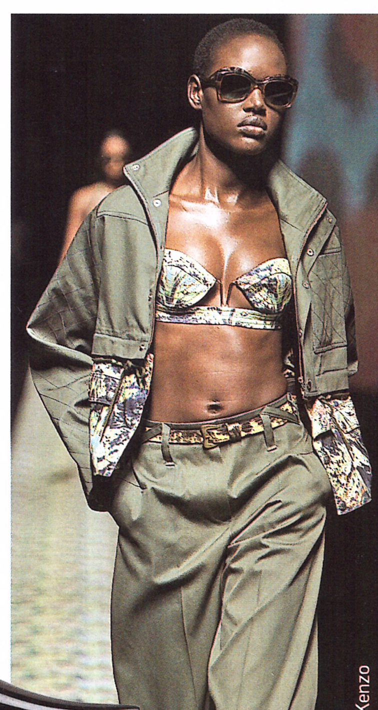
Salvatore Ferragamo



Hermès



Kenzo



Kenzo



Baam



Loewe



Max Mara



Mango

ЛИБЕРТАНГО

Кабесео — это не разновидность кактуса, а заинтересованный взгляд, которым в Аргентине мужчина зовет даму на танго. Прежде чем принять приглашение, позаботьтесь, чтобы на вас было платье с разрезом от Nina Ricci или юбка с каскадом воланов от Balenciaga и топ с открытой спиной, как в коллекции Azzaro. Не бойтесь откровенности нарядов. Впрочем, как и откровенности взглядов, объятий и движений. Ведь танго — это свобода и чувственность.



Kenneth Jay



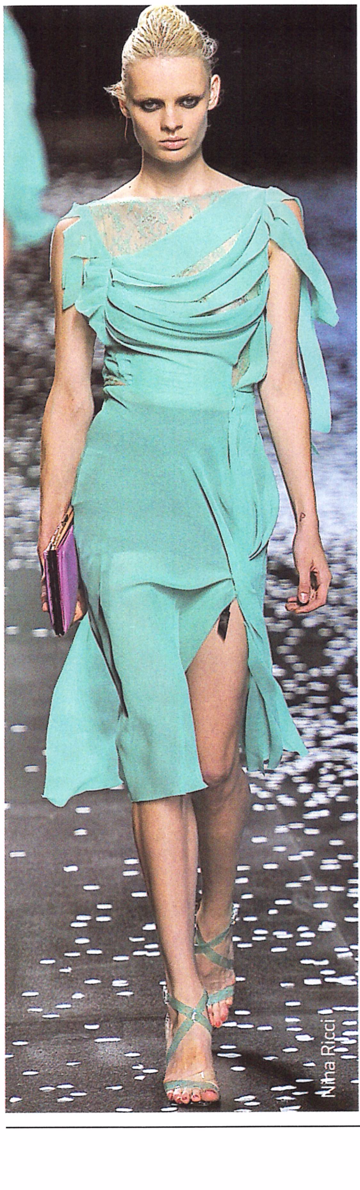
Balenciaga



Azzaro



Roberto Cavalli



Nina Ricci



Alberta Ferretti



Schutz

Автор Виктория Тищенко. Фото Zeppelin/East News (12); предоставлены компаниями Helen Marlen Group (Salvatore Ferragamo, Roberto Cavalli, Schutz), Mango

Спутника в отпуск нужно подбирать так же тщательно, как гардероб и косметику. Мы позволили себе немного помечтать и подыскали семь идеальных мужчин для семи видов отдыха. Выбирайте на свой вкус.

АВТОР *Светлана Евсюкова*

Мужчины для бархатного сезона

КАРЛ ФИЛИПП ШВЕДСКИЙ

ЧТО: курсы по этикету
КУДА ЕДЕМ: в Англию

ПОЧЕМУ: учиться в отпуске — это, казалось бы, скучно. А если осваивать этикет высшего света в английском замке посреди какого-нибудь живописного графства, как сейчас модно? Да еще в компании одного из последних в мире неженатых принцев? 34-летний принц Карл Филипп Шведский, герцог Вермландский, должен был стать наследником престола, но в результате изменения соответствующего закона наследницей была объявлена его старшая сестра, кронпринцесса Виктория. Так что Его Королевское Высочество с внешностью кинозвезды и характером бойца нашел себе другое занятие — автогонки. Он даже начал выигрывать какие-то призы — и явно не потому, что другие гонщики уступали ему дорогу. Еще принц катается на лыжах, отлично плавает и занимается фотографией (даже стажировался в National Geographic). А расслабляться предпочитает в привилегированных ночных клубах, куда с улицы не попадают. В общем, весь спектр интересов богатого холостяка налицо. Полагаем, тот факт, что у него есть «официальная» подружка (заметьте, пока даже не невеста), модель София Хеллквист, не помешает ему сопровождать нас на подобных курсах, чтобы подсказывать, в какой руке держать вилку для рыбы и как правильно обращаться к его элегантной матери королеве Сильвии и симпатичным сестрам-принцессам. Он же наверняка пригласит нас во дворец в качестве «выпускного экзамена». А может, нам даже доведется поучаствовать в королевской охоте — у Карла Филиппа есть для этого охотничий билет. От такой возможности, думаю, не откажутся даже члены «Гринписа».



Фото Getty Images/Fotobank.ua



Киану Ривз

ЧТО: фитнес-тур для похудения
КУДА ЕДЕМ: на Бали

ПОЧЕМУ: вообще-то мы хотели поехать с Киану Ривзом на серфинг, но, увидев его фото с последнего Каннского кинофестиваля (из сострадания к читателям мы не стали его здесь размещать), со слезами на глазах пошли пересматривать «На гребне волны». 48-летний актер, всегда отличавшийся эльфийским телосложением, ни с того ни с сего набрал какое-то, явно двузначное, число килограммов и в таком виде не постеснялся выйти на люди. Решено: берем в руки Киану и заодно себя (что такое наши вечные пара-тройка кило к пляжному сезону по сравнению с катастрофой по фамилии Ривз?), бронируем уютное бунгало на тихом пляже, составляем график тренировок по аквааэробике и пилатесу, разрабатываем меню на основе экзотических фруктов и соков, ну и без серфинга не обойдется, конечно. Бали всегда был меккой серфингистов из-за своих удобных пляжей и разнообразных волн — от самых тихих для начинающих до высоких для экстремалов. А в последние годы он стал еще и излюбленным местом адептов концепции «есть, молиться, любить»: здесь вам и нервы успокоят в спа-салонах и на тренировках по йоге, и цикл лекций по правильному питанию и здоровому образу жизни прочитают. Буддист и умница Киану наверняка оценит такой ненапряжный способ похудения и быстро вернется к формам Нео. Да и мы начнем увереннее чувствовать себя в купальнике.

АЛЕКСЕЙ МОЧАНОВ

ЧТО: автомобильное путешествие
КУДА ЕДЕМ: в Испанию, на побережье от Барселоны до Гибралтара



ПОЧЕМУ: редко бывает, что в одном мужчине объединяются профессиональный гонщик, аккуратный водитель, умный рассказчик и галантный кавалер. Мы спросили Алексея, позволит ли он своей спутнице порулить в романтическом путешествии. Он ответил: «Я не разделяю людей за рулем на мужчин и женщин и не считаю, что женщины водят как-то по-особенному. Все зависит от опыта и от темперамента. Умелый водитель на хорошей дороге всегда справится с автомобилем. Правда, именно поэтому я бы не поехал в романтическое путешествие по Украине — у нас много прекрасных мест, но вот состояние дорог оставляет желать лучшего». В качестве лучших, опробованных им самим маршрутов для отпуска Алексей посоветовал Грецию (Афины и полуостров Пелопоннес), Финляндию (живописные места на севере страны) и Испанию. Нам больше всего понравился последний вариант. А фирменный сценарий идеального отдыха для двоих от Мочанова таков: «В аэропорту берете напрокат автомобиль, самый простой и демократичный, без наворотов, — и отправляетесь в путь, по дороге наслаждаясь местной кухней в придорожных ресторанчиках и ночуя в недорогих гостиницах. Так можно узнать страну с ее "нетуристической" стороны. Главное — перед поездкой проштудировать правила дорожного движения той страны, куда направляетесь. В ЕС они унифицированные, но все-таки бывают местные особенности. Это важно, потому что штрафы и наказания за нарушения в Европе очень суровы. Например, в Финляндии за превышение скорости можно получить до шести месяцев тюремного заключения, а в прибрежной Испании вас оштрафуют, даже если превысите всего на 5 км/ч».

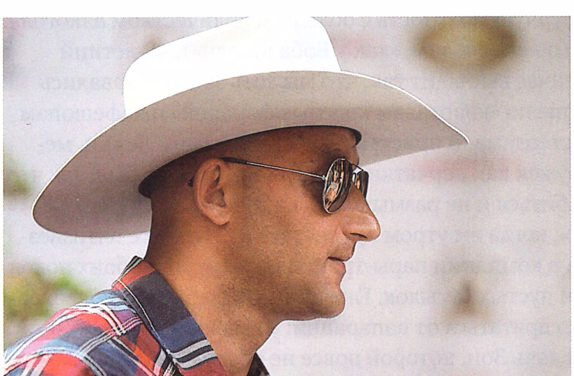


Фото Getty Images/Fotobank.ua, УНИАН, Елена Нагорных/ИТАР-ТАСС

ЕВГЕНИЙ ГРИШКОВЕЦ

ЧТО: путешествие автостопом
КУДА ЕДЕМ: в российскую глубинку

ПОЧЕМУ: когда одна из журналисток «ЖЖ» позвонила Евгению Гришковцу в Калининград, чтобы взять интервью, собеседник после первого же не понравившегося ему вопроса заявил: «Кажется, у нас с вами разговора не получится». А потом увлекательно болтал минут сорок, едва позволяя вставить новый вопрос. Прирожденный «артист разговорного жанра», мягкий и обаятельный Евгений, похоже, в состоянии найти темы для беседы с кем угодно, вне зависимости от его возраста и социального положения. Это делает его идеальным спутником для поездки автостопом, скажем, по Сибири — малой родине Гришковца. Ведь для автостопщика очень важно уметь поддерживать разговор с водителем, да и узнать из такой дорожной болтовни можно много интересного — писателям же нужно собирать материал для новых книг. Пока мужчины обмениваются байками, мы можем помедитировать на заднем сиденье машины до очередного пункта назначения — деревеньки в глухой тайге или большого города. А если Евгений, как это свойственно тонким натурам, обидится на какой-нибудь выпад собеседника и позволит себе лишнее — тут-то мы и сможем тактично вмешаться. Ну а нелюбителям экстрима можем посоветовать просто сесть с Гришковцом в поезд «Москва — Владивосток»: ручаемся, с таким соседом по купе семь суток пролетят как одна ночь.

Ричард Гир

ЧТО: шопинг-тур
КУДА ЕДЕМ: в Париж

ПОЧЕМУ: Ричард Гир, кажется, единственный из наших любимцев, про кого мы знаем все, но предпочитаем, чтобы он был не настоящим, а выдуманным персонажем. Реальный Гир — замороченный буддист и зануда, помешанный на благотворительности и мире во всем мире. Но в наших головах он — остроумный сердцеед, бонвиван и ценитель женской красоты. Как он стал таковым в день премьеры «Красотки», так и останется во веки веков. Вспомните незабвенное: «Мы любим, когда нас облизывают!» С таким мужчиной хочется прошагать много километров по улицам Парижа, от «золотого треугольника» (Елисейские поля — авеню Монтень — авеню Георга V) до богемного квартала Рив Гош и винтажных секонд-хендов района Марэ. И совершенно не важно, что до зимних распродаж еще далеко. В каждом новом бутике наш спутник будет вальяжно разваливаться в кресле у примерочных и одобрительно кивать, когда мы будем выпархивать из-за занавесок в новом сногсшибательном наряде. А потом для покупок понадобится автомобиль (разумеется, его), а потом вас нужно будет доставить в отель и помочь занести в номер пакеты, а потом… Надеемся, вы не забудете заранее приготовить клубнику и шампанское. И, как говорят французы, бон шанс!





Ленни Кравиц

ЧТО: поездка за острыми ощущениями
КУДА ЕДЕМ: в Амстердам

ПОЧЕМУ: лозунг «секс, наркотики и рок-н-ролл» для большинства современных музыкантов давно утратил актуальность. Нынешние кумиры молодежи не пьют ничего крепче пива, занимаются йогой, медитируют, увлекаются вегетарианством и органической едой — в общем, все правильно делают, но вот перца в такой жизни явно не хватает. То ли дело страстный и энергичный мулат Ленни Кравиц. Кстати, его еврейский дедушка родился в Украине, так что горячая кровь у него той же температуры, что и у нас. Несмотря на бурную молодость с большим количеством алкоголя и марихуаны (по его словам, «как у Боба Марли»), 49-летний музыкант и сейчас выглядит так, что мы хоть завтра сорвались бы с ним в турне по «кварталам красных фонарей» и кофешопам отвязного Амстердама. В пристрастии к моногамии Ленни, меняющий подружек как перчатки, никогда замечен не был, так что можно расслабиться и не размышлять на вечную тему «Что же с нами будет?», когда вы утром проснетесь в пентхаусе пятизвездочного отеля в компании пары-тройки проституток обоих полов и в окружении пустых бутылок. Главное — не забывать предохраняться и умело прятаться от папарацци: у Кравица имеется совсем взрослая дочь Зои, которой вовсе не обязательно знать, чем ее папа занимается в отпуске.

Фото WireImage/Fotobank.ua, Getty Images/Fotobank.ua, предоставлено пресс-службой Олега Скрипки

Олег Скрипка

ЧТО: гастрономический тур
КУДА ЕДЕМ: в Норвегию

ПОЧЕМУ: Олег Скрипка и тур для гурманов — до недавнего времени это сочетание в наших головах никак не складывалось. Но в июне Олег совместно с модным ресторатором Димой Борисовым открыл на Андреевском спуске в Киеве необычный ресторан «Канапа», в меню которого традиционные украинские блюда соседствуют с высокотехнологичной молекулярной кухней. Мы тут же отправились в новый ресторан, чтобы поговорить с Олегом на непривычную тему — о еде и путешествиях. По его словам, готовить он умел и любил всегда, а вот правильному отношению к еде научился, когда жил во Франции. «Благодаря французам я понял, что еда должна быть легкой. Мы в Украине слишком утяжеляем пищу, а ведь она может быть гораздо более здоровой, если чуть изменить рецептуру или способ приготовления». Борщу и вареникам Олег предпочитает рыбу и молочные продукты — вероятно, поэтому лучшими маршрутами для гурманского тура называет Японию и Норвегию. «В этих странах просто культ свежих продуктов. В Японии меня поразило высказывание одного повара. Он сказал, что от рыбной ловли до подачи этой рыбы на стол должно проходить не более 15 минут. В Норвегии же совершенно удивительный лосось — я нигде не ел такого же вкусного лосося, как там. Еще они замечательно сочетают в еде соленый и сладкий вкусы, у них именно такие соусы и очень вкусные сыры. Норвежцы любят икру: к завтраку подают икру в тюбиках, как еда космонавтов. И еще они пьют в огромных количествах молоко и едят свежие молочные продукты». Попав с Олегом Скрипкой в Норвегию, мы непременно посетим все три мишленовских ресторана в Осло, которые делают особый акцент на традиционной норвежской кухне. И, конечно, проедемся по фьордам, чтобы оценить прелесть свежевыловленного лосося в маленьких рыбацких деревушках.✸





Хвосты и лапы В ГОРОДЕ



Мы многое о них знаем. Куда больше, чем они о нас.

Мы знаем, что они мурлыкают не просто так, а издают целительные звуки на особой частоте, которые как-то волшебно гармонизируют частоты нашего организма.

Мы знаем, что они чирикают, когда им хорошо, и пищат, когда им плохо.

Мы знаем, что, наблюдая, как они плавают в аквариуме, мы успокаиваем свои нервы.

Мы знаем, что, когда они виляют хвостом и при этом лают, они радуются.

Мы знаем, что те люди, у которых они есть, в среднем живут на семь лет дольше, чем те, у которых их нет.

Мы знаем, что им нельзя позволять: жевать елочный дождик, спать в нашей кровати, грызть туфли и садиться нам на голову. Но все равно позволяем.

Единственное, чего мы не знаем, — какими мы были бы, если бы их не было в природе? Лучше нам этого и не знать. Поэтому мы делаем все, чтобы они оставались с нами.

И, если честно, порой кажется, что они знают о нас куда больше, чем мы о них.

Автор Татьяна Петкова. Фото Getty Images/Fotobank.ua

Котэ
КАК РЕЛИГИЯ



Фото Figaro/East News

У меня дома живет улитка-ахатина по имени Джейн. Очень удобный питомец: внимания требует минимум, а наблюдать за его изящными неторопливыми движениями можно бесконечно. В будущем я непременно заведу кота. А лучше двух. Интересно, это действительно мое желание или я жертва моды, как многие?

АВТОР *Светлана Евсюкова*

СОЛДАТ КОТЕНКА НЕ ОБИДИТ

Стремление иметь дома зверюшку и грудью вставать на защиту любого четвероногого и пушистого и сейчас-то свойственно не каждому, а исторически этому желанию не более полутора сотен лет. У наших предков отношение к животным было исключительно утилитарным. В деревнях до сих пор спокойно топят котят и щенков, не испытывая никаких угрызений совести — ничего же вредного, по их мнению, не делают, наоборот, численность вида регулируют. Забота о городских питомцах на государственном уровне раньше была скорее курьезом, чем хорошим тоном. Так, в 1695 году в Японии сёгун Токугава Цунаёси открыл приют для собак, где дворняжкам не только обеспечивали трехразовое питание и мягкую подстилку, но и читали вслух Конфуция. Также он издал первый в мире закон о защите животных, запретивший убивать бездомных собак, кошек и загнанных лошадей. И что характерно, его правление совпало с периодом японского Ренессанса, расцвета наук и искусств.

В Европе и Америке первые приюты для бездомных животных появились в XIX веке (1883 год — США, штат Огайо, 1885 год — Великобритания), и активность обществ защиты животных органично вписалась в деятельность организаций по защите прав женщин, негров, рабочих и прочих обездоленных групп населения. По мнению *Галины Цыганенко, психолога-психоаналитика, старшего научного сотрудника Института социальной и политической психологии НАПН Украины,* борьба за права животных — признак не столько здорового, сколько «выздоравливающего» общества. «Забота о животных становится важной и популярной в том обществе, где уже достигнут определенный уровень благосостояния и самоощущения граждан, — считает Галина. — Тот факт, что в Украине сейчас появляются приюты, люди обращают внимание на проблемы бездомных кошек и собак, говорит о нашей зарождающейся “европейскости”, стремлении приблизиться к уровню развитых стран, где эти проблемы решены или выработаны законные механизмы их решения. А проблема действительно серьезная: в Украине много бездомных животных, и только формируется культура регулирования их численности (кастрация домашних любимцев вместо выбрасывания на улицу или уничтожения нежеланного потомства)». Только бродячих собак, по приблизительным подсчетам, у нас около 230 тысяч. Есть где развернуться.



Борьба за права животных — признак «выздоравливающего» общества

О чем говорят «британцы»

Мода на любовь к зверюшкам демонстрирует не только положительные тенденции в обществе, но и нелицеприятные. Скажем, есть стереотип, что «зоолюбитель» — добрый человек. Но тут можно вспомнить и циничного интригана кардинала Ришелье, обожавшего кошек, и Адольфа Гитлера, который любил собак. А известная зоозащитница Бриджит Бардо терпеть не может собственного сына и регулярно позволяет себе расистские и гомофобские высказывания. Получается, любовь к животным маскирует ненависть к человечеству?

По словам Галины Цыганенко, здесь возможны варианты: «Беря в дом животное, человек реализует свою потребность о ком-то заботиться. Не секрет, что общаться с бессловесным существом проще, поскольку оно не скажет, что о нас думает, ему можно приписывать любые мысли и суждения, очеловечивая его. Часто ожидания, с которыми животное берется в семью, не оправдываются: кот начинает метить углы, а собака — грызть мебель или обувь. Ваши представления о "безмерной любви бессловесной зверушки" рушатся, и в итоге неидеальный питомец пополняет армию бездомных животных. Но бывает и по-другому: хозяин, полюбив особенности своего хвостатого друга, становится толерантнее и к недостаткам людей. Хотя и это не всегда так, как в примере с Гитлером или Бардо. Возможно, их отношение к людям обусловлено болью от опыта первых отношений, которую они смогли пережить только так, — избегая интимности, искренности с себе подобными, ненавидя свою человеческую уязвимость, слабость и чувствительность. Дружба с животными дает возможность компенсировать вытесненную потребность в близости. Защищая животных, такие люди прежде всего ограждают свою беззащитность».

Не все зверьки появляются в наших квартирах только из потребности о ком-то заботиться и сублимации материнского инстинкта. Кто-то заводит их ради успокоения нервов путем приближения к условно дикой, но все же природе — в большом городе борьба со стрессами становится все актуальнее. А кто-то маскирует свою тревожность и недоверие к миру, выгуливая по вечерам собаку бойцовской породы — вспомните, как популярны были бультерьеры и ротвейлеры в «лихие 90-е». Впрочем, сейчас на пике моды не только экзотические питомцы типа хорьков, улиток, игуан или даже гигантских пауков-птицеедов, но и уютные коты британской породы. Неужели общество постепенно успокаивается?

Увязшие в котоматрице

«Вышел новый "Кот Саймона"!» — радостно сообщаю я с порога, и мы с бойфрендом тут же загружаем YouTube и усаживаемся смотреть. Появление новой серии незатейливого, но всегда смешного мультика от Саймона Тофилда — в моем окружении всегда событие. Тофилд лучше многих подмечает поведение реальных кошек — животных эгоистичных и своенравных. Интернет усеян «котоматрицами», а у рекламщиков есть поговорка: «Кошки и дети продают все». Недавно даже появилось креативное агентство Catvertising, которое занимается исключительно «которекламой». Усатые-полосатые живут у креативщиков прямо в офисе.

Популярность кошек маркетологи объясняют разными причинами: кошка ассоциируется с домашним уютом, с чистотой, с женской привлекательностью и сексуальностью. Но мурки рекламируют не только чистящие средства и модельные туфли. Маркетинговые исследования показывают, что если в рекламе абсолютно любого товара присутствует кот — потребители запоминают ее гораздо лучше, чем если в ней есть любое другое животное или птица, от собаки до попугая и даже шимпанзе.

Эту загадку объяснила *Милослава Слободян, фелинолог, ученый секретарь Международной ассоциации любителей кошек Rolandus:* «Кошки входят в число немногих животных с очень богатой мимикой, пусть и не такой богатой, как человеческая. В сочетании со способностью выражать эмоции всем телом это делает их идеально подходящими для иллюстрации чего угодно. А успех рекламы зависит не столько от того, есть ли в нем кошка, сколько от соответствия внешности этой кошки тому посланию,

Фото Getty Images/Fotobank.ua, academic.ru, collegehumor.cvcdn.com, deargrumpycat.com, huffpost.com, ocobiega.org

которое хочет донести рекламодатель. В качестве удачного примера могу привести рекламу автомобиля Jaguar с участием кота ориентальной породы по имени Арамис: его утонченные формы воплотили ту самую “хищность” и стремительность, которую хотели передать в модели машины ее создатели». Выбор именно ориентала Галина Цыганенко прокомментировала так: «Это одна из самих интеллектуальных пород кошек. Ориенталы — идеальные компаньоны, преданные хозяину и приспосабливающиеся под его запросы. Как дорогой автомобиль, такой кот одновременно и “статусен”, и самодостаточен, и многое говорит о своем хозяине».

То есть кошка — это «универсальный смайлик»: нет такой эмоции, которую нельзя было бы выразить с помощью подходящей «котоматрицы». И, в отличие от обезьян, коты не воспринимаются нами как уродливая пародия на человека. Картинки с котиками заставляют нас улыбаться по той же причине, по которой мы смеемся над концовками анекдотов: нам доставляет удовольствие то, как точно и остроумно выражена та или иная мысль и какие мы молодцы, что поняли ее правильно. И совершенно не важно, что толком мы кошек никогда не поймем. Разве что когда-нибудь выйдет абсолютно точный человеческо-кошачий словарь. Одобренный самими кошками.✷

ПРЕВЕД, КОТЭ!

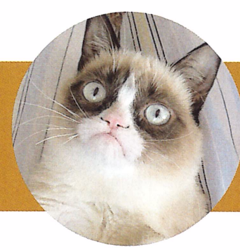
Самые знаменитые кошачьи мемы



ПОГЛАДЬ КОТА
Дикий кот манул с культового демотиватора — не ласковая домашняя зверюшка, а свирепый хищник, к которому даже работники зоопарков не приближаются без защитной одежды. Он стал звездой рунета в 2007 году, положив начало «мануломании», и по сей день является тотемным животным обладателей привлекательной внешности, которые хотят, чтобы их воспринимали всерьез. А заодно — новостного ресурса lenta.ru.



ДЛИННОКОТ (LONGCAT)
Фото висящего в руках хозяина белого кота появилось в 2004 году в одной из японских социальных сетей. Его «растянули» с помощью «Фотошопа», и в таком виде он распространился по интернету, став предметом серии абсурдных шуток. Прототипа Длиннокота зовут Широи — «белый» по-японски.



МРАЧНЫЙ КОТ (GRUMPY CAT)
Это кошка с забавным именем Соус Тардар, угрюмая мордочка которой обусловлена генетическим дефектом. Сейчас она снимается в кино и рекламе. Хозяйка кошки Табата Бундезен работает ее личным ассистентом. Фото Соус Тардар с характерным выражением «лица» появляется в самых неожиданных контекстах — от афиши мюзикла «Отверженные» до плаката в поддержку бегунов-марафонцев.



ПОТОЛОЧНЫЙ КОТ (CEILING CAT)
Самый загадочный мем: есть несколько версий того, кто же впервые сфотографировал кота, выглядывающего из дыры в потолке, и назвал кадр «Stalker Kitty» («Котик-разведчик»). В 2006 году неизвестные шутники скомбинировали его с надписью «Потолочный кот видит, как ты мастурбируешь». И в самом деле, лучше Потолочный кот, чем Большой Брат.



КОТ-ПИАНИСТ (KEYBOARD CAT)
Рыжего кота в голубой футболке, стучащего по клавишам синтезатора, давно нет в живых (видео было снято в 1984 году), но его бешеная популярность пошла на убыль только недавно. Дурацкий сюжет стал отличным способом разбавить длинные или пафосные ролики на YouTube — этой сомнительной чести удостоился даже один ведущий MTV Music Award.

БЕЛОЧКУ
ЗАКАЗЫВАЛИ?

В большом городе легко забыть о том, что в мире, кроме нас, есть другие живые существа. Поэтому так приятно встретить в театре кошку, в такси — белку, а в ресторане — лемура.

АВТОР *Ольга Переверзева*

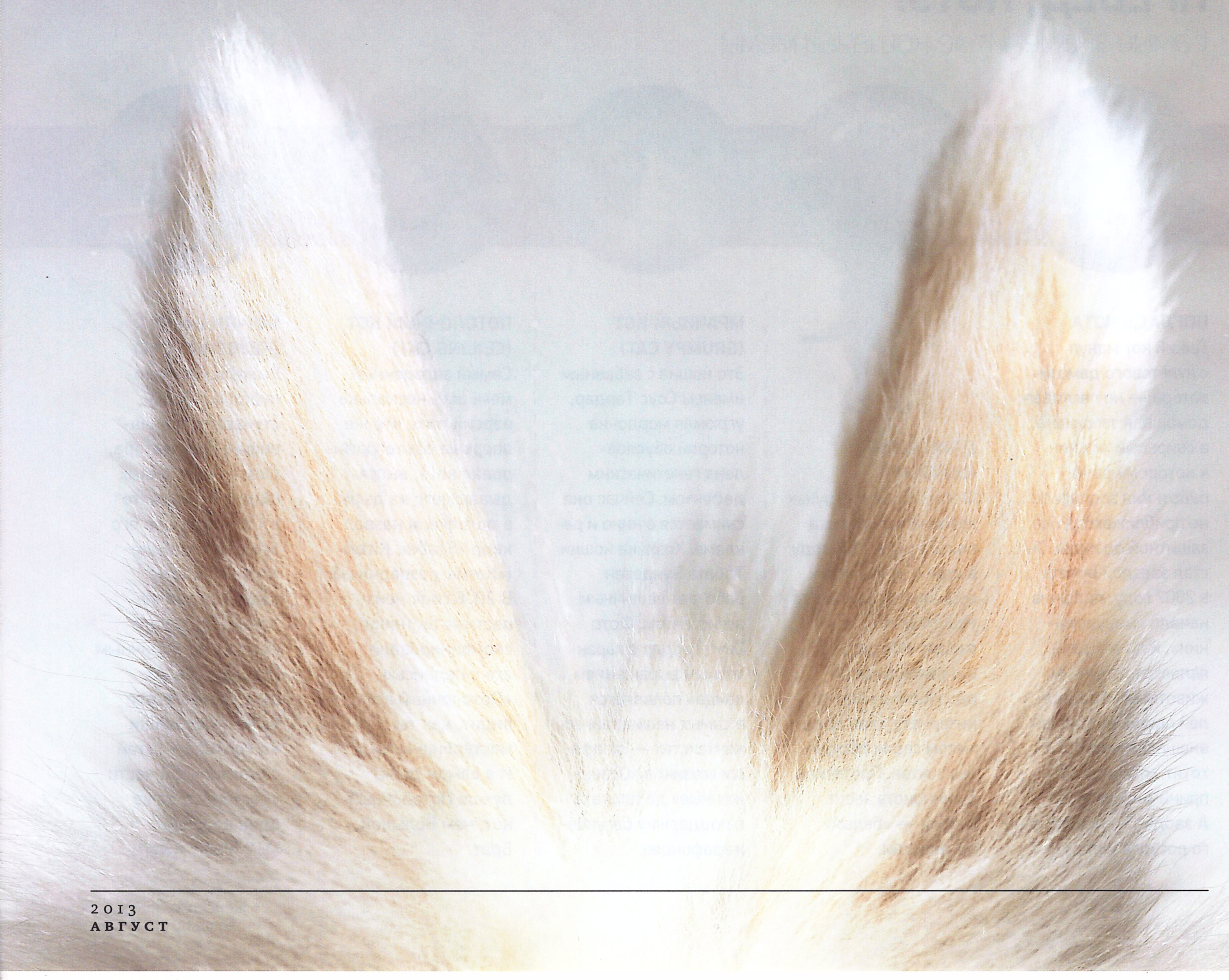


Фото Getty Images/Fotobank.ua, odessa-life.od.ua, euroradio.fm, ladydinahs.com, luckylori.ru, journalism.hkbu.edu.hk

1

КТО: КОШКА КСЮША
ГДЕ: ОДЕССА
МЕСТО ОБИТАНИЯ: ЗА ПРАВО НАЗЫВАТЬСЯ КОШКИНЫМ ДОМОМ СОПЕРНИЧАЮТ УКРАИНСКИЙ ТЕАТР, ТЕАТР КУКОЛ И НАУЧНАЯ БИБЛИОТЕКА ИМ. М. ГОРЬКОГО

Серо-белую пушистую Ксюшу выставили на улицу хозяева. Но она оказалась весьма предприимчивым зверем и сумела понравиться сотрудникам библиотеки — просто пришла однажды и вежливо попросила поесть. Ласковая, спокойная, деликатная — в самый раз для книжных дам. Теперь кошка регулярно приходит туда поесть, поваляться в кресле, помурлыкать с посетителями. Следующим объектом Ксюшиного интереса стал кукольный театр рядом с библиотекой. Там завелись мыши, поэтому кошку встретили как воина-освободителя. Она подружилась со всем костюмерным цехом — в награду за спасение кукол от мышиных зубов Ксюше сшили персональную подушку для отдыха. Она регулярно возлежит на подушке, а иногда по-хозяйски заглядывает и в кабинет директора.

В Украинском театре, который находится в том же здании, что и кукольный, Ксюша особенно любит посещать премьеры — ведь после них бывают банкеты. Но даже рядовой спектакль кошка нередко удостаивает своим вниманием. Перед началом сидит на ступенях парадной лестницы, затем провожает последних зрителей в фойе, поднимается на второй этаж в буфет и там приятно проводит время до конца спектакля. Если ей вздумается погулять, Ксюша идет на ближайшую остановку троллейбуса и забавляет скучающих людей, однако всякими пустяками вроде колбасы брезгует. Театральная еда, видимо, вкуснее. Ее будущее абсолютно безоблачно, поскольку библиотекари, костюмерши, билетерши и прочие служительницы муз наперебой приглашают кошку перекусить и при этом жутко ревнуют к «соперницам».

2

КТО: БЕЛКА МАСИК
ГДЕ: МИНСК
МЕСТО ОБИТАНИЯ: ТАКСИ

Минчанин Петр Панкратов подружился с Масиком, когда служил в армии. Нашел крошечного бельчонка в лесу возле части — тот выпал из дупла и умирал от голода. Выкормил из шприца детской смесью (благо прапорщик может себе позволить некоторые вольности), всегда носил за пазухой. Когда демобилизовался, устроился работать в службу такси, и бельчонка продолжил везде таскать с собой — хотя бы потому, что дома живет кошка. Обычно Масик спит на заднем сиденье в капюшоне Петиной толстовки, но нередко просыпается, чтобы повеселить пассажиров. «Если человек грустит, я ему: “Хотите, удивлю вас?”, — и показываю бельчонка», — рассказал Панкратов в интервью белорусской «Комсомолке».

Когда хозяин начал выкладывать фото трогательного зверька в соцсетях, минские защитники животных заволновались. Пришлось оформить на белку ветеринарный паспорт. Теперь Масик вполне легально сопровождает Петра в рейсах. «Можно мне машину с белочкой?» — эту фразу теперь регулярно слышит диспетчер службы такси и уже не удивляется.

3

КТО: КОШКИ
ГДЕ: ЛОНДОН
МЕСТО ОБИТАНИЯ: КАФЕ LADY DINAH'S CAT EMPORIUM

Это кафе, которое на момент подготовки номера вот-вот должно было открыться в западной части Лондона, — первое в Британии заведение с кошками. И задумано оно как благотворительный проект. Автор инициативы Лорен Пирс сначала провела компанию в соцсетях, собрала пожертвования от лондонцев (более 100 тысяч фунтов стерлингов) и нашла подходящее помещение в центре города. Ее цель — обеспечить жителям мегаполиса общение с животными: большинство не могут позволить себе держать кошку или собаку дома — кому-то домовладельцы не разрешают, у кого-то денег нет на достойное содержание и уход. Зайти полюбезничать с кошками можно будет, даже ничего не заказывая. В том числе ночью — кафе будет открыто по специальной программе для тех, кто днем работает (у кошек-то ночь — самое активное время).

На фейсбучной странице кафе Лорен Пирс пишет, что к ней поступило уже несколько сот резюме от желающих работать в кафе. От добровольцев тоже отбоя нет — например, волонтеры убирали и готовили помещение



1



2



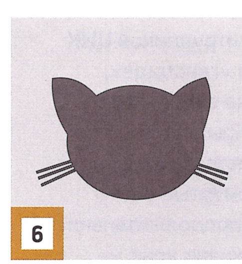
3



4



5



6

к ремонту, искали подержанную старинную мебель на распродажах (кафе оформлено в успокоительно-старомодном, чуть ли не викторианском стиле).

Кошек взяли из приюта, и обживали они свой новый комфортабельный дом пару месяцев еще до открытия. В обязанности специально обученных официантов, кроме обслуживания гостей, входит наблюдение за кошками и составление ежедневного отчета об их поведении (чтобы вовремя заметить болезнь или дурное настроение).

4 КТО: ЛЕМУР СОНЯ ГДЕ: МОСКВА МЕСТО ОБИТАНИЯ: КАФЕ LUCKY LORI

Это небольшое заведение в глубине арбатских переулков работает по принципу антикафе — когда платят не за чай и пирожные, а за проведенное время. Как и в большинстве антикафе, здесь посетители играют в мафию и нарды, бренчат на гитаре, читают, сидят в интернете и смотрят фильмы. Фишек, отличающих кафе от других подобных мест, две — искусственный газон на полу и животные: кролик, кошка, две крыски и лемур по имени Соня. Идея купить лори пришла в голову арт-директору Марии Звонниковой случайно, но оказалась продуктивной: поглядеть на зверька действительно идут. Соню обычно выносят в зал вечером, после ее дневного отдыха, когда она уже в настроении подставить спинку для поглаживаний и сфотографироваться с посетителями.

5 КТО: КОШКИ ГДЕ: ГОНКОНГ МЕСТО ОБИТАНИЯ: БУКИНИСТИЧЕСКИЙ МАГАЗИН SAM KEE BOOKSTORE

Маленький магазин, где живут около 30 кошек, привлекает туристов и зевак, однако хозяйку, миссис Чан, это скорее огорчает, чем радует — любопытные тревожат кошек и мешают им спать (а спать им полагается не менее 10 часов в день). Китаянка не собиралась использовать хвостатых как рекламу — просто уже много лет, с тех пор как купила Sam Kee в начале 1980-х, она подбирает на улице бездомных кошек. В те времена в Гонконге вели яростную борьбу с бездомными животными, считая их разносчиками инфекций, поэтому многие питомцы мисс Чан были серьезно ранены. Она регулярно пристраивает кошек в хорошие руки, но некоторые остаются в магазине навсегда, поскольку страдают хроническими заболеваниями или психологическими проблемами, и к новому дому им будет трудно привыкнуть.

В книжном кошкам живется прекрасно: у каждой есть домик, игрушки, когтеточка; еду приносят постоянные посетители и покупатели, которые любят почитать в компании зверей. Избежать этой компании тут, конечно, не удастся: микротигры и мини-Багиры сидят на каждой полке, выглядывают из каждого угла, прячутся за стопками книг, роются в корзине для бумаг, исследуют содержимое ящиков и декоративных ваз. И в кресло надо садиться осторожно.

6 КТО: КОШКА ТИГРА ГДЕ: КИЕВ МЕСТО ОБИТАНИЯ: ПИРОГОВАЯ «НИКОЛАЙ»

Пироговую на Саксаганского редакция «ЖЖ» присмотрела давно: мы периодически пьем там чай и пироги, стыдно признаться, тоже едим — хотя глянцевым журналисткам, конечно, полагается питаться цветочной пыльцой. Однако никто из нас не может похвастать близкой дружбой с местной кошкой, трехцветной Тигрой, которая поселилась в заведении вскоре после его открытия и, можно сказать, выросла вместе с бизнесом (кошке сейчас около полутора лет). Своенравная Тигра никому не позволяет сюсюкать с собой, еду из рук гостей не принимает, а фотографироваться для «ЖЖ» отказалась наотрез. Ее основное занятие — возлежать на подоконнике в позе сфинкса. Как сообщил совладелец пироговой Игорь Кириков, котенок породы одесская дворовая достался ему от друзей. Игорь решил, что кошка убедительно дополнит домашнюю обстановку кафе, и присвоил Тигре почетное звание заместителя директора по работе с гостями. По вечерам Тигру доставляет домой личный водитель (он же директор). Когда у Тигры будут котята, хозяин планирует расселить их по всем «Николаям» страны.✷



КРЫСИНЫЙ ЭЛЕКТОРАТ

В кабинете главы Центризбиркома России Владимира Чурова пару лет обитала крыса породы дамбо дабл-рекс по имени Крыс. Он ел чипсы и печенье, грелся под кварцевой лампой и собирался участвовать в избирательной кампании 2008 года — Чуров планировал задействовать его в видеороликах, призывающих электорат на участки. Но до роликов дело не дошло — Крыс скончался. Хотя некоторые веселые блогеры обвинили сотрудников ЦИК в «геноциде», на самом деле Крыс умер естественной смертью (продолжительность жизни крыс — от полутора до трех лет).

Фото JZV/East News, zaks.ru, news.bbc.co.uk





ЧЕРЕПАХА ПОД ПАРУСОМ

В 2004 году многие британские газеты опубликовали некролог на черепаху по имени Тимоти, которая на тот момент была старейшим жителем Великобритании — ей было около 165 лет. Хотя последний век Тимоти прожил в покое и тепле в родовом замке графов Девон — Поудерем, в свое время черепаха успела послужить на флоте. Один из графов Девон, капитан военного парусника, нашел Тимоти в 1854 году на борту португальского пиратского корабля, забрал к себе, и потом около полувека Тимоти был талисманом нескольких парусных кораблей Королевского военно-морского флота, в том числе тех, что участвовали в Крымской войне.

КОНЬ В ПАЛЬТО

Счет в банке, гувернер и зооняня, личный психоаналитик по средам и пятницам, воскресные спа-процедуры, дизайнерские вещички в гардеробе... Люди на многое готовы, чтобы ублажить своих друзей — четвероногих, двулапых и пресмыкающихся.

АВТОР
Виктория Куриленко

Хотите об этом помурлыкать? В Украине, в отличие от западных стран, нет вузов, выпускающих специалистов этой редкой профессии. Зоопсихологию украинские выпускники ветеринарных вузов изучают факультативно, добирают образование на семинарах или едут за ним за границу. Однако практически в каждой крупной ветклинике или кинологическом центре есть свой штатный зоопсихоаналитик. Проблемы клиентов зоопсихологов похожи на человеческие: неуверенность в себе, страхи, возрастные кризисы, трудности с социализацией. И родом они тоже обычно из детства. Скажем, на общительность кошки влияет то, как часто люди с ней играли, когда она была двух-семимесячным котенком. А отношения с доминантной собакой зависят от того, сумел ли ее владелец в первые месяцы жизни объяснить ей, кто в доме хозяин. Работы у зоопсихологов хватает: найти и ликвидировать внутренний конфликт кошки, которая гадит в тапочки, вылечить страх одиночества у пса, чтобы не выл и не лаял, пока хозяева на работе. Сеансы психотерапии, как правило, проводят дома — на территории животного, иногда для полного излечения хватает трех-четырех часов (цена вопроса в среднем 250 гривен). Главная терапевтическая часть — научить хозяина упражнениям по коррекции поведения. Важно, чтобы он сам потом закреплял достигнутый эффект. Некоторые ленятся и отдают животное на перевоспитание — есть при наших кинологических клубах и такая услуга. За 40 дней и 8 тысяч гривен любой проблемный пес становится шелковым, но через месяц все может вернуться на круги своя, если хозяева не изменят тактику поведения.

Зооняня и зоогостиница

Оба сервиса появились в Украине относительно недавно и сразу стали востребованы. Предположим, хозяин собирается в командировку или торопится на работу по утрам, а собаке короткой прогулки явно недостаточно. В таких случаях приглашают звериного гувернера, чтобы погулял, пообщался, покормил. Альтернативный вариант — определить своего питомца в отель для животных. Не факт, что постоялец оценит преимущества теплого пола, кондиционера и аквариума в номере, но в люкс-апартаментах они предусмотрены. При крупных украинских ветеринарных клиниках (например, при Центре современной ветеринарной медицины в Киеве) есть даже детские сады для малышей до года: сюда владельцы приносят малюток на время, пока сами заняты на работе. Зверят кормят, развлекают, дрессируют, а вечером развозят по домам.

Мурзик онлайн

«Вчера меня наказали, — пишет в своем блоге болонка Чарли, — хозяйка запретила спать с ней на кровати. Ну, подумаешь, погрызла немного обои в прихожей — и зачем было так нервничать?» Социальные сети для животных сегодня есть почти в каждой стране: в Украине — это Petsbook.net.ua, в России — Petonik.com, совсем недавно аналогичный ресурс My Social Petwork запустили в Великобритании. Хорьки френдят лошадей, кролики — питонов, а кошки — собак: в зоосетях царит атмосфера всеобщей звериной дружбы. Хозяева животных ищут здесь друзей для совместных прогулок с питомцами, женихов и невест для них же, хвастаются победами на выставках, советуются и делятся опытом. Есть еще у хозяев кошек, собак, рыбок, лошадей и шиншилл свои породные форумы — поговорить всегда есть о чем.

Глубокое очищение шерсти

О душе позаботятся зоопсихологи, а о морде и шерсти — спа-салоны для животных. В Киеве подобных заведений как минимум 30. Их клиенты релаксируют в грязевых ваннах для глубокого очищения шерсти, вдыхают аромамасла и терпеливо ждут, когда с них смоют восстанавливающие

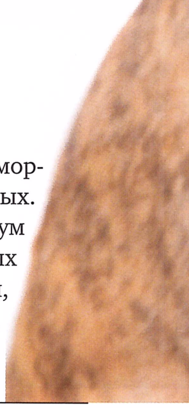




Фото Sarah Johanna Eick/Corbis/FotoChannels

маски. Самые популярные процедуры груминга: модельная стрижка, озоновый гидромассаж, цветной маникюр, включая накладные силиконовые колпачки на когти кошек (чтобы не портили мебель), и декоративное окрашивание шерсти. Можно ехать в студию на фотосессию! Целый клан фотографов специализируется сегодня на художественных съемках четвероногих.

Бикини, шапочки и вечерние платья

Все эти вещи для животных шьют специализированные ателье и именитые «человеческие» марки. Например, Gucci для собак выпускает плащи, а к ним — наборы из поводка, ошейника и резиновой косточка с запахом ванили. Ralph Lauren предлагает четвероногим клиентам кашемировые свитера и водолазки, а Burberry — замшевые пальто с капюшоном. У некоторых модников так много нарядов, что им отводят отдельные гардеробные. Специалисты не считают звериные одежки блажью и прихотью (разве что бикини и шапочки). Кошки и собаки гладкошерстных пород — большие мерзляки: зиму без пальто им не перезимовать. У длинношерстных другая печаль: шерсть в сырую погоду быстро пачкается, приходится на время прогулок упаковывать животное в комбинезон.

Страховка для Багиры

Это новая услуга, которую предлагают страховые компании. В активе одного из украинских страховиков три специальных пакета: «Домашний любимец» компенсирует владельцу любые неприятности, случившиеся с его четвероногим другом (от болезни и отравления соседями до солнечного удара и утопления). Плюс компенсация пострадавшим за укусы их любимца (если это, к примеру, собака или питон). Программа «Чемпион» гарантирует безопасность на выставках и конкурсах, а «Путешественник» — лечение в поездках за границей. Причем застраховать можно кого угодно — от попугая до паука.✷

Благодарим за помощь в подготовке материала специалистов Кинологического центра Erste Hund.

ИСКУССТВО НЕ РАЗДРАЖАТЬСЯ

За окном дождь, в духовке курица. Лори бормочет: «В воскресенье у меня никогда ничего не складывается. Еженедельно повторяющееся событие. Каждое воскресенье, с часу до пяти. Это сколько уже лет?»

Лори замужем шестой год. И почти каждое воскресенье в час дня на обед приезжает свекровь. Кроме тех дней, когда идет снег. Но, увы, Лори живет в Англии, и счастливых воскресений на ее долю выпадает очень мало. На мое предложение переехать на континент — меньше дождя и больше снега — Лори в ужасе выглянула за дверь, не услышал ли муж. Но все благополучно. Муж оглушен дрелью — надо успеть повесить на стенку мамин подарок. Мама каждое воскресенье привозит нечто из обширной семейной коллекции. В позапрошлый раз это были подставки под бокалы. «Двести лет как в семье», — гордо объявила свекровь. Хотя на обратной стороне подставок ручной росписи производитель тоже гордо вывел год изготовления — 1981. В прошлый же раз вместе с мамой приехала картинка — «Гравюра известного испанского художника. С подписью самого мастера», как заявила свекровь Лори. Увы, невестка обзавелась лупой. И полчаса рассматривала все пиксели с очень интересным выражением лица, решая, объяснять мужу или нет, что на настоящих гравюрах, не отпечатанных на цветном принтере, растровые точки не видны…

Я получаю приглашения на семейные ланчи в качестве громоотвода между Лори и ее свекровью. Свекровь у Лори женщина талантливая, но главный из всех — это талант раздражать.

Коренится он в глубокой убежденности в том, что все у нее получается намного лучше, чем у других. Что у нее музыкальный слух, и поет она замечательно. Что у нее прекрасный



Иллюстрация Игорь Николаенко

вкус, великолепное чувство такта, что бы ей ни приходилось высказывать вслух окружающим, и удивительное ощущение адекватности момента. И готовит она лучше других. Мы ей верим, хотя ничего из вышеперечисленного окружающим пока предоставлено не было.

В кухню врывается сын Лори — причина, по которой она пару лет назад завела под псевдонимом блог «Взрослые мамы женатых мальчиков». Еще лет 20, и Лори сама станет свекровью. Поэтому она решила вести дневник — чтобы ничего не забыть из длинного списка «а как хорошо было бы, если бы по-другому». У Лори есть рецепты, как вести себя с мамой мужа. Самым действенным она считает «улыбчивое согласие». Это когда на любое колкое замечание отвечаешь улыбкой, кивком головы и подкрепляющим словом, а если предоставится возможность, то и подкрепляющим действием. Выглядит это примерно так:

— Детка, твой лосось, вероятно, чрезвычайно полезен для здоровья. В нем совершенно нет соли.

Лори с улыбкой передает соль и перец, мечтая добавить подкрепляющее действие — перевернуть солонку в тарелку.

— Детки, мне на Рождество не надо никаких подарков. Ну, может быть, только какую-нибудь поездку.

Лори с радостью покупает путевку в пансион на озерах. Почти три недели свободы.

— Детки, вам надо больше времени проводить друг с другом. Давайте сходим все вместе на новую выставку в эту субботу. А в воскресенье за ланчем все обсудим.

Лори с улыбкой кивает. И в понедельник спрашивает босса, нельзя ли ей поработать в субботу и взять выходной в течение недели.

Но это временные меры. Есть и получше.

Что делать, если вас кто-то раздражает

Избегайте этого человека. Со свекровью не получится. Но с соседями и коллегами из не очень близких отделов — вполне. Игнорируйте, насколько это возможно. Вежливо, не вдаваясь в детали, держите источник раздражения за пределами своего личного пространства. Представьте себе, что вас окружает прочная невидимая стена, не пропускающая ни звуков, ни запахов, ни слов.

Тактика улыбчивого соглашательства прекрасно работает при редких встречах с источником раздражения. Совершенно неприменима при тесном общении в семье или с близкими людьми, являющимися неотъемлемой частью вашей жизни.

Если раздражитель неустраним, вспомните о том, что трудно поменять мир, но можно изменить свое отношение к нему. Действительно ли ваш раздражитель настолько ужасен, как вам кажется? И если это муж, дети или ваша собственная мама, вспомните о главном. Не о том, что мокрые носки валяются где попало, а о том, что держит (или держало) вас вместе. А если раздражает свекровь — подумайте о муже. Брак с ним — самое важное. Попросите его помочь сделать так, чтобы ваши отношения с его мамой были настолько хорошими, насколько это возможно. Только ни в коем случае ни на что не жалуйтесь. Если он сам ничего не замечает и не понимает — это будут всего лишь ваши слова против слов мамы. Простите, но в большинстве случаев выигрывает мама.

Если вы сами свекровь, и вас раздражает невестка, то проще всего свести общение к вежливому минимуму, если вы хотите, чтобы отношения оставались хорошими. Ваш сын выбрал эту женщину. И если ваше воспитание оставило следы, то это именно та женщина, которая нужна вашему сыну. Ведь, положа руку на сердце, это может быть совершенно любая женщина. Главное — чтобы ваш сын был счастлив. А вы имели возможность видеть его и своих внуков как можно чаще.

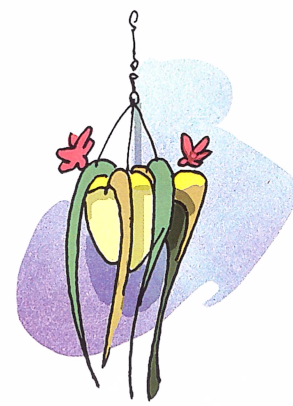
Разделите ответственность и ситуацию. Не в смысле «это твое, а это мое», а в смысле «мне здесь и сейчас не очень хорошо. Мне нужна твоя помощь. Давай оба приложим усилия, чтобы нам вместе было лучше». Очень хорошо, если вам удастся придумать, как это сделать без слов, используя подходящую ситуацию. Но часто приходится проговаривать. Если раздражитель является неотъемлемой частью вашей жизни, то его надо привлечь на свою сторону.

И если раздражитель нельзя ни убрать, ни проигнорировать, то придется поработать. В большинстве ситуаций, если кто-то раздражает вас, то вы этому человеку тоже не безразличны. И его благополучие, настроение, мысли и чувства для него так же важны, как и ваши для вас. Лучше всего искать компромисс, приемлемый для обеих сторон, совместно. Без обвинений и поиска виноватых.

Ищите не ответы на вопросы из прошлого, а решение для более приемлемого будущего. ✷



Мария Кларимонт, коуч по этикету и персональному развитию компании «Августа Мария Интернешнл», Великобритания, www.augustamaria.com



Привычка в браке нам дана



Татьяна Ворожко, журналист, США

Любой счастливый или хотя бы, как говорят в США, «функциональный» брак — это компромиссы, притирка к характеру друг друга и выстраивание общих принципов. Этого нелегко достичь, даже если будущие муж и жена вырастают в одном дворе — а если супруги из разных стран? Какие привычки и ценности жен из бывшего Союза перенимают их американские мужья, а какие американские подходы, наоборот, усваивают наши женщины? — задалась я вопросом.

Опросив 10 женщин-иммиграноток из Украины и России, состоящих в браке с американцами, я обнаружила, что, помимо незначительных индивидуальных особенностей, во всех семьях происходит обмен одними и теми же ценностями и привычками. Как оказалось, мы их приучаем к экономии, домашним тапочкам и овощам, а они нас — к кредитам и зубной нити.

Так как я обещала имен не раскрывать, представлю вам опыт выдуманного персонажа с усредненными характеристиками участниц опроса. Итак, ее зовут Марией, ей 36 лет, у нее — высшее образование, двое детей и муж Джеф. Все примеры из реальной жизни.

Первый культурный шок от общего проживания Джеф испытал, когда Мария порезала свои старые майки на кусочки и объявила их тряпочками для мытья посуды. Дальше было ополаскивание банок из-под варенья кипятком, который подливался в чай для подслащивания, выдавливание до самого не могу тюбиков с зубной пастой и сохранение на всякий случай стеклотары из-под соленых огурцов.

Мария, в свою очередь, ужасалась тому, что для Джефа не было ничего предосудительного в том, чтобы выкинуть фонарик только потому, что тот лежит без дела. А если понадобится, оправдывался он, можно купить новый. Как и все ее подруги, Маша «помешалась» на чем-то одном — ее подростковая травма от пережитого полнейшего дефицита переросла в бесконечные покупки сумок. Но ко всем остальным приобретениям она подходила рационально и не уставала повторять, что тот факт, что мы можем себе это позволить, не является достаточным основанием для того, чтобы это покупать. Даже если жена, приехавшая из Украины или России, не работает, для американского мужа брак оказывается делом весьма выгодным!

Особенно деньги экономятся на питании. Как можно выбрасывать хлеб, когда из него можно насушить прекрасные сухарики? А напечь блинчиков из скисшего молока? Чтобы избежать семейных конфликтов, Джеф втихаря подчищал холодильник. Если обычная американская семья выкидывает около 30% закупленных продуктов питания, то в смешанных семьях эта цифра гораздо ниже. Джеф со временем привык есть курицу три дня подряд с разными гарнирами, носить с собой остатки вчерашнего ужина в офис в качестве ланча и ходить в ресторан исключительно по пятницам или субботам. Поход в ресторан, убедила его Мария, должен быть праздником. Туда она надевала туфли на каблуках и нарядную блузку.

А умение Маши стирать руками (все деликатные вещи в США сдаются в химчистку), штопать и перешивать пуговицы казались Джефу просто исключительными навыками. Постепенно Джеф перестал носить дома джинсы и перешел на домашнюю одежду — опять же для экономии (домашние штаны гораздо дешевле) и чтобы не приносить грязь с улицы в дом.

Изменились привычки Джефа и в питании. Нет, он не стал большим поклонником украинско-советской кухни: хотя борщ и голубцы он полюбил, холодец и селедка под шубой остались для него такой же экзотикой, как личинки

Иллюстрация Игорь Николаенко

или сухие кузнечики. Джеф начал есть гораздо больше овощей. Вначале он их ел только в вареном виде, потом перешел на сырые, а на третьем году совместной жизни стал уже требовать салаты. Среди знакомых Марии особенно далеко в овощном направлении пошла Оксана из Одессы. Она разбила огород прямо под окнами своего многоквартирного дома в пригороде Вашингтона. Ее муж, Кен, мало верил в то, что ей удастся получить разрешение — огороды в городах в США есть, но на специально отведенных для этого участках или в частных дворах, а не стихийные грядки под домом. Как ни странно, хозяин дома на эту авантюру согласился, и молодая семья начала выращивать огурцы, помидоры, петрушку и другие овощи.

Жены тоже многому учатся у американских мужей. Джеф стал ценным советчиком Марии в ее отношениях с американскими коллегами. В первую очередь он научил ее правильно себя продавать, а именно — составить грамотное представление о своей стоимости как профессионала, исходя из условий рынка, а не соглашаться из благодарности на первое попавшееся предложение. Муж отучил Машу от негативизма и особенно от раздачи отрицательных оценок коллегам, как и от того, чтобы сильно переживать по поводу общественного мнения.

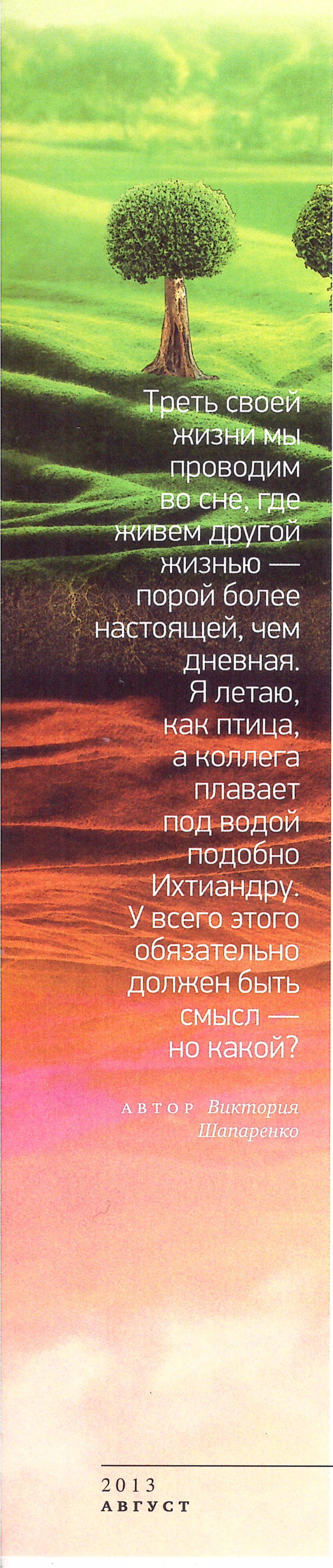
Одно время Маша училась в аспирантуре и работала продавцом в магазине русских сувениров. Она стеснялась, когда туда заходили ее сокурсники и видели ее за прилавком. Джеф этого не понимал. Разговоры на тему «Что подумают соседи, знакомые или друзья?» его удивляли. «Какая разница, что они подумают? Они что, тебе деньги платят?» — недоумевал он.

Превозмогла себя и свои страхи Маша и в отношении кредитов. В первый раз, когда они покупали в кредит машину, она расплакалась: такая большая сумма, а вдруг мы ее не отдадим? А через несколько лет уже она наседала на Джефа, чтобы купить таунхаус, поскольку ставки на жилищное кредитование опустились до исторически низкого уровня.

Полностью переняла Мария у мужа и правила ухода за зубами. Джеф удивлялся: как такая утонченная и образованная женщина, как его жена, за собственными зубами следит на уровне дикаря? По приезде в США Маша чистила зубы по утрам и считала это достаточным. Теперь под влиянием мужа она чистит зубы два раза в день, после чего вычищает налет между зубами нитью и пользуется ополаскивателем для рта со фтором. Американцы уделяют огромное внимание зубам, ведь вылечить маленькую дырочку в США стоит в 30 раз дешевле, чем поставить коронку с чисткой зубного канала. Прошла Мария и через курс отбеливания зубов, опять же под давлением мужа.

Всем опрошенным мною подругам, как и мне самой, за 30, и, скорее всего, перечисленные моменты — опыт исключительно нашего поколения. Я надеюсь, что не только те, кто переехал в США, смогут выгодно пользоваться кредитованием и правильно следить за своими зубами. Так же, как необязательно, что только лишь женитьба на русской или украинке поможет американцу рационально обращаться с вещами, беречь планету и свой кошелек. ✸





СОН
В ЛЕТНЮЮ НОЧЬ

Треть своей жизни мы проводим во сне, где живем другой жизнью — порой более настоящей, чем дневная. Я летаю, как птица, а коллега плавает под водой подобно Ихтиандру. У всего этого обязательно должен быть смысл — но какой?

АВТОР *Виктория Шапаренко*

ПРИЕМ, КАК СЛЫШНО?

Научные доказательства важности снов появились не так давно. Монография Зигмунда Фрейда «Толкование сновидений» (1900), изданная, по легенде, в паре с сонником, долго не находила покупателей, но позже пошла на ура. Многих, правда, смущала фрейдовская сексуализация символов, являющихся во снах, хотя вряд ли отец психоанализа сильно грешил против истины — по словам *Натальи Трушиной, гештальт-терапевта,* «в те времена, когда все, связанное с сексом, было табуировано, эти естественные порывы отправлялись прямиком в бессознательное».

Именно Фрейд ввел понятие бессознательного, структурной составляющей нашей психики, причем базовой: сознанию принадлежит лишь десятая часть. Оно, как считается в психоанализе, и пробует связаться с нами во сне посредством символических образов. Исследования сновидений продолжил *Карл Юнг,* которому принадлежит высказывание: «К снам надо относиться как к рентгеновскому снимку психологического состояния человека». Иными словами, через сон наша психика указывает на проблемы, требующие внимания. Почему именно так? Дело в том, что иначе бессознательному трудно до нас достучаться, хотя оно и пытается — через фантазии, интуитивные озарения, ошибочные действия, оговорки. Но нередко эту связь блокирует разум. Во сне же «цензор» отключается.

«Установить связь с бессознательным очень важно, — считает *Роберт Джонсон, американский психоаналитик, автор книги "Приближение к бессознательному: сознательное или невольное".* — Там содержится значительная часть нашего "Я", многие детерминанты нашего характера. Только приблизившись к нему, мы получаем шанс стать по-настоящему мыслящими, полноценными, цельными человеческими существами. Конечная цель — вступить со своим "Я" в партнерские отношения, вместо того чтобы воевать или сдаваться на его милость».

К ГАДАЛКЕ НЕ ХОДИ

Бессознательное говорит символами не для того, чтобы нас запутать, — это его естественный язык. «Оно работает по своим законам (например, для него нет времени, линейной логики), поэтому сны и кажутся такими сумбурными, — поясняет Наталья Трушина. — Но все символы, которые использует бессознательное, что-то значат для нас, с чем-то ассоциируются, имеют эмоциональную окраску. Кто бы ни фигурировал во сне, это всегда мы сами. Сон — это проекция разных граней нашей личности, развертка нашего внутреннего мира. Ведь зачастую мы, будто в маленьком зеркале, видим только часть себя — как правило, хорошую, — предпочитая не замечать прочего. Во сне же скрытые субличности наконец-то могут себя проявить».

Образы, используемые бессознательным, взяты из нашей привычной, дневной жизни. И в этом ключ к толкованию снов — нам снится знакомое. Нередко в сновидения вплетаются и общечеловеческие образы, мифические и сказочные мотивы. Эти архетипы отсылают нас к коллективному бессознательному. «Однако их трактовка может быть связана с культурными особенностями, —

Фото Getty Images/Fotobank.ua



Вещие сны часто снятся женщинам во время беременности

подчеркивает *Юлия Гундертайло, научный сотрудник Института социальной и политической психологии НАПН Украины.* — Скажем, сова — амбивалентный символ: для одних народов он означает мудрость, для других — смерть. Это касается и цвета: в Европе траурным считается черный, а в Индии, наоборот, — белый».

Только зная особенности личности сновидца, владея информацией о его жизненной ситуации, можно правильно интерпретировать сновидение. Например, невозможность совершить какое-то действие (сдвинуться с места, крикнуть) может свидетельствовать о проблемах с определенными органами (ногами, горлом) или быть проекцией невысказанных чувств. Спешные сборы чемоданов, страх опоздать во сне может намекать на скорое путешествие или же на хаотичность жизни, потерю контроля из-за обилия обязанностей, перегруза информацией.

Очевидно, что сонникам, которые якобы подходят всем и каждому, доверять не стоит. Даже часто встречающиеся, типичные сюжеты (полет, падение, появление на людях в обнаженном виде, преследование, борьба) всегда следует рассматривать не изолированно, а в общем контексте сна и через призму конкретного индивидуума.

Вещие-зловещие

Феномен вещих снов известен с давних пор. Действительно, некоторым людям снится то, что после сбывается, но не наделяют ли они особым значением этот сон уже постфактум? «Внятных научных объяснений вещих снов пока нет, — говорит Наталья Трушина. — Согласно одной теории, они приходят к нам из коллективного бессознательного, где перемешано прошлое и будущее, то есть мы можем увидеть то, что еще не произошло. Подобный механизм лежит и в основе эффекта дежавю. Вторая привязывает вещие сны к работе интуиции. Как известно, за день мы получаем массу информации, которую мозг не может сразу же обработать — часть ее уходит в подкорку. Однако потом на ее основании мозг делает выводы, которые находят выход во сне».

«Такие сны обычно снятся женщинам — как существам более эмоциональным, — рассказывает Юлия Гундертайло. — Часто такое происходит во время беременности. Одна моя знакомая увидела во сне дельфинов, выбрасывающихся на берег, но не придала этому значения. А вскоре потеряла ребенка, произошел выкидыш. Этого можно было избежать, ведь организм во сне сигнализировал о том, что эмбриону плохо, у него кислородное голодание».



ШИФРОВКА ИЗ ЦЕНТРА

Толковать сны непросто. Лучше делать это в паре с психологом. Для начала необходимо записать сон, пока помните. Фиксируйте абсолютно все, даже то, что кажется полной бессмыслицей. «Можно вести своеобразный дневник снов, — предлагает Наталья Трушина (сама она ведет подобные записи с подросткового возраста). — Благодаря ему вы спустя некоторое время заметите, что в ваших снах есть закономерности: некоторые сюжеты повторяются в похожем виде или с вариациями, некоторые привязаны к определенным событиям».

Следующий этап — анализ чувств и эмоций, которые вызвал этот сон. «Запишите все ассоциации, которые возникают в связи с привидевшимися образами — пусть они возникают спонтанно, — советует Наталья Трушина. — Какую часть вашего «Я» они могут символизировать? Попробуйте вжиться в каждый из образов, проанализировав ощущения, которые при этом возникают».

Затем спросите себя: что прояснилось благодаря разобранным ассоциациям, что показалось неожиданным и интересным? Если бы сон был сообщением от бессознательного, как бы оно звучало? Признаком успешного толкования сна является состояние легкости, ощущение, что ресурсов стало больше. Еще бы, ведь вы только что восстановили связь с бессознательным — читай: с самим собой.

Все ли сны нуждаются в толковании? Психологи считают, что нет. Бывают, например, сны, напрямую связанные с физиологическим состоянием спящего (лег голодным — снится еда, хочется в туалет — видишь текущую воду), смысл которых прозрачен и без расшифровки. Прежде всего стоит разбирать те сны, которые оставили после себя яркие эмоции, как позитивные, так и негативные, а также повторяющиеся. ✷

Фото Getty Images/Fotobank.ua

Маленькие дети – большие надежды

ул. Регенераторная, 4 ■ www.academy.com.ua



В прошлом году в ЖК «Комфорт Таун» открылся первый в Украине уникальный культурно-образовательный центр Академия Современного Образования «А+». Девелопер проекта, компания «К.А.Н. Девелопмент», учел здесь опыт ведущих учебных заведений мира.

В Академии представлен самый широкий в Киеве выбор направлений, который удовлетворит пожелания любого ребенка и взрослого. Обучение начинается со школы раннего развития, где занимаются малыши от одного года. Дети дошкольного возраста могут пройти подготовительные курсы к школе, в том числе и на английском языке.

Одним из ведущих направлений Академии является музыкальная школа. Все классы оснащены современными инструментами, а занятия ведут профессиональные педагоги и музыканты. В Академии созданы детские вокальные коллективы, работу которых курируют известные украинские продюсеры. В студии звукозаписи юным музыкантам и вокалистам помогут записать свои первые хиты. Одним из звездных гостей центра стала финалистка «Евровидения–2013» Злата Огневич, которая провела репетиции в концертном зале Академии.

Для ребят, которые видят себя звездами спорта, открыт гимнастический зал, секции восточных единоборств и шахмат. Академия успешно развивается в этом направлении: новинками станет школа футбола с возможностью проведения тренировок на профессиональном футбольном поле, а также школа черлидеров «RedFoxes». Ее преподаватели – спортсменки, участвовавшие в Чемпионатах мира 2006 и 2010 годов, XXVIII и XXIX Олимпийских играх, Eurobasket – 2003, 2005, 2007, 2009.

Для формирования художественного вкуса и комплексного развития ребенка предлагаются художественная школа, театральная студия, классы бального и современного танца, школа радио-, телеведущих и журналистики. Компьютерный центр оснащен последними новинками Apple. Здесь дети освоят офисные и дизайнерские программы, а также основы аудио- и видеомонтажа на базе собственной кино- и фотошкол.

Академия «А+» – настоящий центр современного образования, преимущества которого уже оценили такие представители украинского шоу-бизнеса, как Потап и Настя Каменских, Влад Дарвин, Злата Огневич, финалисты проекта «Танцюють всі», певица In-Grid и многие другие.

Ученики не только регулярно выступают на сцене собственного концертного зала, но и постоянно участвуют в профильных конкурсах и фестивалях как в Украине, так и за рубежом. Так, ученица Академии Инесса Грицаенко прошла национальный отбор на конкурс «Junior Eurovision – 2013» и 1 августа будет бороться в «Артеке» за право представлять Украину в этом международном конкурсе.

Нововведением Академии 2013 года станет открытие начальной школы. Сейчас все желающие могут пройти собеседование и стать учениками первых и вторых классов.

Академия Современного Образования «А+» ждет Вас и Ваших детей!

ШАРОВИКИ-ЗАТЕЙНИКИ

Со словом «попрошайка» у нас обычно ассоциируется старушка в платочке с протянутой рукой или приставучий цыганский ребенок. Мы знаем, как себя с ними вести. Но если денег просит студентка или один из френдов на Facebook — это разрыв шаблона.

АВТОР *Ольга Переверзева*

Удивительные побирушки

За последние полгода несколько журналисток «ЖЖ» столкнулись с «парадоксальным попрошайничеством». К одной из моих коллег в аптеке подошла девушка в обычной одежде, похожая на студентку, и попросила 10 гривен на лекарство. Больной не выглядела, и главное, не испытывала естественной, казалось бы, неловкости, так что ее собеседница даже засомневалась — может, это какой-то психологический тренинг, девушка выполняет чье-то задание? Но нет, барышня спокойно пояснила, что ей не хватает на таблетки для снижения кислотности желудка (вообще-то, совсем не дорогие), что она живет на стипендию и учится на журфаке. Это и решило дело — купюра перекочевала ей в карман во имя профессиональной солидарности. «Но она даже не сказала, что ей стыдно просить, — удивлялась коллега. — Не взяла номер моего мобильного, не пообещала: "Я вам верну обязательно". Ну пусть не вернет, но хотя бы для проформы!»



Фото RG Images/Stock4B/Corbis/FotoChannels

К другой журналистке «ЖЖ» обратилась молодая женщина, стоявшая в очереди к кассе в кафе: «Вы не добавите мне 15 гривен? А то на напиток не хватает ребенку». «Я ошарашенно посмотрела на нее — женщина как женщина, держит полный поднос еды, за столиком ее ждут двое школьников. Потом она подошла еще к нескольким людям в очереди и, кажется, какой-то мужчина дал ей 15 гривен. Дикость какая-то:



Милостыню чаще подают люди с низким уровнем дохода, чем с высоким

она могла спокойно взять вместо фруктового напитка чай. Я еще понимаю, когда в метро просят жетон — мало ли, может, человек кошелек забыл дома, со мной тоже такое случалось. Но здесь — как это объяснить?»

И наконец, в дополнение к этим историям во френдленте у меня появилась ссылка на интересный пост: парень — назовем его Костей — просил всем миром скинуться ему на айфон. Судя по комментариям, желающих не нашлось. «Больным детям на лечение денег не собрать. Фиг тебе, а не айфон!» — примерно так реагировали обитатели Facebook.

МИЛОСТЫНЯ КАК УХАЖИВАНИЕ

Мнения редакции по поводу «социально близкого» попрошайничества резко разделились. Одни говорили: «А что, это даже мило. Человек попросил купить ему дорогой билет на концерт, или скинуться на айфон, или на новое платье для подружкиной свадьбы. Раньше не было такой возможности — обратиться через интернет с просьбой, теперь есть. Это как обращение к Вселенной: пусть она поможет исполнить мечту». Другие возмущались и недоумевали. «10 гривен ей на лекарство? 500 гривен на билет? А пойти поработать она не хочет? Например, вымыть кому-то окна, убрать в квартире. Но подавать просто так — с какой стати?»

О том, как люди и общество в целом относятся к обычному, традиционному попрошайничеству, написаны целые диссертации. Один из ведущих экспертов в этом вопросе, *российский антрополог и этнограф Мария Бутовская,* считает, что это явление имеет эволюционные корни: успешные охотники приносили больше мяса, чем остальные, и делились добычей с остальными. С одной стороны, это давало возможность выжить не самым ловким и зорким членам племени, с другой — повышало социальный статус умелых



охотников. А на статус велись женщины, как всегда. И сейчас, между прочим, мужчина подает нищему гораздо охотнее, если рядом женщина — своя или привлекательная незнакомка. Причем в период ухаживания мужчины в такой ситуации раскошеливаются щедрее, чем если идут с женой. Распускают перья — все предсказуемо.

С зарождением христианства статус нищих был надежно закреплен моральными нормами: попрошайки — это «божьи люди», подавать им — святое дело. Целые монашеские ордены (францисканский, доминиканский) жили подачками. Отношение к попрошайкам оставалось позитивным до тех пор, пока в Англии в XVI веке не приняли закон, запрещающий бродяжничество и попрошайничество. В отличие от «уважаемых бедных», которые не способны работать из-за болезней или преклонного возраста, бомжи были объявлены мелким криминалом, их клеймили и ссылали на каторгу. Протестанты вообще не терпели лентяев и нищих — и благодаря своему кодексу трудовой чести построили крепкую экономику Европы и США.

В нашей стране отношение к бомжам и нищим противоречивое, как и все наши моральные нормы: тут и «моя хата с краю», и православная любовь к «божьим людям», и совковые принципы строителя коммунизма, и индивидуализм эпохи независимости.

Исследование, проведенное киевским *бюро маркетинговых технологий «Брюс»*, показало, что милостыню чаще подают люди с низким уровнем дохода, чем с высоким. Может, потому, что сильнее сопереживают — у них в памяти жива пословица «от сумы да от тюрьмы не зарекайся». Но когда респондентам задали вопрос, стали бы они сами просить милостыню, большинство людей постарше резко отрицали такую возможность. А вот молодежь отнеслась к перспективе спокойнее. «Возможно, такие различия продиктованы особенностями воспитания: нормы поведения раньше были более жестко регламентированы», — сделали вывод исследователи. Похоже, они правы: у поколения Миллениума совсем другие взгляды на то, что можно, а чего нельзя, что хорошо, а что плохо.

СПАСИТЕ КАРИН

«Миллениумами» в мире называют тех, кто родился с 1981 по 2000 год. *Американский социолог Кэтлин Шапутис* назвала «миллениумов» поколением Питера Пэна — они не спешат покидать родительское гнездо, отличаются от предков относительной безответственностью и легкомыслием. Кроме того, пока они росли, законы в западном мире становились все более либеральными: однополые браки, отмена смертной казни, щедрая поддержка безработных. Благодаря интернету стала доступна музыка, кино и вообще любая информация. Плюс WI-FI. Принцип «хочешь что-то получить — работай и плати» рушился на глазах.

Фото moodboard/Corbis/FotoChannels

Первой, кто воспользовался свежими преимуществами, стала американка Карин Боснэк — начинающий продюсер на утреннем нью-йоркском телешоу. У Карин была слабость — шопинг. Но в 2002 году совпали два неприятных обстоятельства: на ее кредитных картах был превышен лимит и она потеряла работу. Вместо того чтобы искать новое место, девушка создала веселенький сайт savekaryn.com («спасите Карин»), рассказала о своем долге в 20 тысяч баксов и попросила помощи. За пять месяцев незнакомые люди пожертвовали ей 13 тысяч, остальное она получила, продав на E-bay часть своих дорогих шмоток. Отдала долг, а еще написала книгу о своем подвиге, которую, конечно, тут же раскупили — американцы обожают душещипательные истории о том, как кто-то попал в безвыходное положение и нашел-таки одну маленькую, незаметную для прочих калиточку. С гонораров Карин вернула долг обществу — отдала те же 13 тысяч на благотворительность.

Ее примеру последовали другие. Теперь есть даже специальный термин — киберпопрошайничество. И своеобразный кодекс чести, или, скорее, правила успеха: киберпопрошайки должны четко сформулировать свою мечту и подробно рассказывать о том, как она реализуется. Это чтиво как раз и притягивает новых жертвователей.

Некоторые киберпопрошайки поступают изящнее. Например, канадец Кайл Макдональд сумел шутками-прибаутками выменять на дом одну-единственную красную канцелярскую скрепку. В 2005 году он создал специальный сайт, на котором предложил поменять свою скрепку на любой другой предмет. С каждым новым обменом предметы становились все крупнее и дороже, одной из ступенек была роль в новом фильме — и наконец дом. 22-летняя Натали Дилан из Невады, мечтавшая о поступлении в колледж, выставила на интернет-аукцион собственную девственность. Цена достигла 3,7 миллионов долларов, однако сделка сорвалась: покупатель был женат, и жена узнала о его планах. Вот так «миллениумы» решают проблемы. А вы говорите, вагоны разгружать.

ВАМ ЧТО, ЖАЛКО?

Собирая материал для статьи, я пообщалась с автором поста об айфоне. Костя (1985 года рождения, типичный «Питер Пэн») доброжелательно объяснил, что у него есть и айфон, и нормальная работа, а история со сбором денег — лишь социальный эксперимент. У него, мол, возникла идея организовать что-то вроде неформальной кассы взаимопомощи. «Сегодня в обществе принято считать: если у тебя чего-то нет, нужно этого добиться тяжким трудом и молчать о том, как ты на это что-то заработал. Но ведь можно попросить — и получить все нужное просто так. Люди почему-то не верят, что им могут помочь незнакомцы. Вот вам что, жалко кому-то дать пять гривен на айфон?» При этом парень был всерьез убежден, что речь не о попрошайничестве, а о честной системе взаимопомощи, в которой все будут получать больше, чем отдали. Я припомнила МММ (а следовало бы вспомнить еще и «письма счастья»), и Костя немного обиделся. Наш разговор явно был диалогом слепого с глухим. В итоге он согласился, что гарантий на получение ответной помощи никаких.

— То есть всегда будут те, кто только получают, и те, кто только отдает, так? — спросила я.

— Ну почему, ведь все работают, и если тебе помогли, то стыдно не помочь кому-то, когда придет твоя очередь.

Увы, это идеалистический взгляд. Попрошайничество ведет к деградации личности. Какой там стыд? Попрошайки считают свое занятие работой и совершенно не стремятся вернуться к «праведной жизни». «Ситуация в современной России не уникальна, — пишет Мария Бутковская. — Власти Китая в начале XX века столкнулись с аналогичной проблемой: многие семьи, вынужденные побираться по причине потери работы главою семейства, с удивлением обнаружили, что их финансовое положение не ухудшилось, а скорее улучшилось. При этом существенно пострадал их социальный статус, однако многие "новообращенные" нищие готовы были мириться с этим обстоятельством».

Большинство профессиональных побирушек никогда не благодарят тех, кто подает милостыню — они считают это в порядке вещей, а тех, кто не подал, провожают злобным улюлюканьем. Новые попрошайки — те самые девочки, которые не стесняются попросить на лекарство или на напиток, — не грубят, но в ответ на отказ, широко распахнув глаза, спрашивают: «Вам что, жалко?» В этот момент главное — не поддаться на манипуляцию. А дальше уж решать вам: что вы получите за свои деньги — осознание собственной щедрости и доброты или ощущение, что вас использовали. А может, и вправду чувство причастности к утопическому обществу, в котором все возможно за просто так. ✷

Натали Дилан из Невады, выставила на интернет-аукцион собственную девственность. Цена достигла 3,7 миллионов долларов

ДОЛГО И СЧАСТЛИВО

Браки, перешагнувшие 10-летний рубеж, вызывают либо восхищение («Какие молодцы!»), либо недоумение («А счастливы ли они?»). Если два человека долго остаются вместе, на то есть веские основания.

АВТОР *Виктория Шапаренко*

Плюс на минус

По мнению психологов, если вашему союзу исполнилось семь лет — это уже заслуживает уважения. «Это семья, в которой есть общая история совместной жизни — любви, переживания радостей, способности справляться с трудностями, сохраняя при этом позитивное отношение друг к другу, желание быть вместе, уважение потребностей другого и позволение каждому получать желаемое, — рассуждает *Виктория Покладова, практикующий психолог, коуч.* — Каждый знает друг о друге все — и принимает это. Это брак, в котором, выражаясь образно, если что-то ломается, то его не выбрасывают, а чинят».

Однако есть и другая сторона медали — вторичная негативная адаптация. Она проявляется в трех сферах: интеллектуальной (супруг становится менее интересным как личность), нравственной («эффект нижнего белья» — демонстрация не самых лучших своих сторон) и сексуальной (снижение влечения). Так появляется привычка, обесценивание спутника жизни. «Многие считают, что кризисы в браке происходят в год, 7 и 14 лет, а далее — каждые 7 лет, — говорит *Алла Андронова, директор психологического центра "Территория души", гештальт-терапевт, телесно-ориентированный терапевт.* — Первый кризис — притирка, слияние воедино установок двух семей, из которых пришел каждый из супругов. Второй связан с появлением и воспитанием первенца, когда внимание женщины неизбежно смещается на ребенка, а мужчина от этого страдает. И третий — когда в браке все устаканилось и появилась скука».

Осенний марафон

По статистике, чем выше стаж брака, тем сложнее расстаться. Но, как отмечает Алла Андронова, «крутнуть хвостом» любой из супругов способен и в 60 лет: «И это лучше, чем терпеть до последнего, как одна моя знакомая бабушка, прожившая в браке 50 лет, а потом отказавшаяся идти на похороны мужа — мол, уже "отмотала срок", отстаньте». Но чаще это случается в 35–40, когда кризис брака совпадает с кризисом среднего возраста, переоценкой ценностей. Алла поделилась историей одной из своих клиенток, которая, осознав, что слишком много кладет на алтарь брака и ничего не получает взамен, стала искать душевный контакт на стороне — и нашла. Но расстаться с мужем не может, изменить физически в силу моральных убеждений тоже, вот и мечется туда-сюда. У мужчин обычно куда проще: стал сомневаться в своей успешности, значимости, силе, в том числе сексуальной, а жена все пилит… Появление молодой и красивой, причем на первых порах совсем нетребовательной, в таких случаях неизбежно. По статистике, такое случается с каждым пятым мужчиной в возрасте за 40.

Правда, для последнего сценария «седины в бороду» все-таки недостаточно. Это скорее случится, если в семье сексуальные или финансовые проблемы и нет эмоционального контакта. Последний фактор особенно важен: с дефицитом денег и секса еще как-то можно смириться, а вот если тебя игнорируют как личность — дело плохо. «Я считаю, что в таких ситуациях супругам кто-то должен помочь — друзья, церковь, психотерапевт, — уверена



С дефицитом денег и секса еще как-то можно смириться, а вот если тебя игнорируют как личность — дело плохо



То, чего недостает в браке, можно добрать в общении с подругами, детьми, коллегами

Алла Андронова. — Потому что они зашли в тупик. В тупике тоже можно жить, и достаточно долго. Но это уже не брак, а трагедия, когда две руины просто подпирают друг друга и поэтому не разваливаются. Я не сторонница разводов, но все же уверена, что в некоторых случаях это оптимальный вариант — когда брак становится тюрьмой, в которой вы разрушаетесь как личность. Тогда уже не важно, сколько лет вы вместе. А то получится, как с той бабушкой».

Терпение и труд

Есть и другие сложности, испытывающие зрелый брак на прочность — например, тяжелая болезнь одного из супругов или ребенка. Чаще такого прессинга не выдерживают мужчины — они просто не могут жить в гнетущей атмосфере болезни и уходят. Женщины же обычно не могут справиться с потерей социального статуса мужа — скажем, если он попадает в тюрьму. Однако большинство жизненных сценариев куда менее драматично.

Заметная проблема — неравномерное личностное развитие супругов: один опережает, другой отстает. Поженились еще студентами, а потом у нее карьера пошла вверх, а он засиделся в мелких клерках. Или наоборот: он зарабатывает большие деньги, она домохозяйка. Не факт, что она целыми днями варит борщи — может, ходит на тренинги, увлекается хендмейдом, благотворительностью, — но мужчина не замечает этого, относится к ее занятиям пренебрежительно и уверен, что жена сидит у него на шее. Остановиться в развитии или уйти? Алла Андронова считает, что можно найти компромисс: «Но компромисс — это когда оба одновременно зашли на мост и встретились посередине. А не так: он сделал один шаг, а она перебежала мост и перетащила его на себе».

Дети — то, ради чего изначально был создан проект «брак», — тоже могут быть причиной



разногласий. Скажем, у родителей не сходятся взгляды на воспитание. Для решения подобных дилемм стоит привлекать «независимого эксперта», третью сторону. Это могут быть бабушки-дедушки, друзья семьи, любая авторитетная для обоих супругов личность.

Когда дети вырастают и покидают родительский дом, возникает еще одна проблема — синдром опустошенного гнезда. «Оставшись наедине, супруги часто обнаруживают, что их практически ничего не связывает. Если все держалось на детях, брак может треснуть по швам, — отмечает Виктория Покладова. — Впрочем, находить точки соприкосновения никогда не поздно. Можно совершить путешествие в прошлое, вспомнить, как все начиналось, какой ценный опыт совместной радости вы имеете. Возможно, пришла пора реализовать мечты, которые были забыты в связи с появлением детей».

Фото Getty Images/Fotobank.ua

Развод в некоторых случаях это оптимальный вариант — когда брак становится тюрьмой, в которой вы разрушаетесь как личность

Простые радости

Но хватит о проблемах — в прочном зрелом браке масса плюсов для обеих сторон. «Пройдя долгий путь вместе, люди меняются — у них формируются “брачные компетенции”: принятие, терпение, эмпатия, взаимопомощь и взаимоподдержка, — говорит *Ольга Алехина, практикующий психолог, автор курса “Свобода в любви”*. — Появляется свой язык отношений, понимание друг друга без слов. Механизм брака четко налаживается и не дает сбоев. Да, это рутина, но родная, приятная сердцу. А добавить романтики в отношения несложно, если не лениться».

С возрастом мы становимся мудрее и понимаем, что получить от одного человека все, что нам нужно, невозможно. «Когда начинаешь консультировать женщину и просишь ее описать идеального партнера, она заявляет целый список разнообразных качеств, — рассказывает Алла Андронова. — Причем у всех женщин эти списки идентичны! А когда предлагаешь сократить его до трех пунктов, у всех остается одно и то же: заботливый, верный, любящий. Это и есть самое главное, на остальное можно просто не обращать внимания». То, чего недостает в браке, вполне можно добрать в чем-то другом — в общении с подругами, детьми, коллегами, да хоть в социальных сетях.

Может показаться, что люди, живущие в долгом и прочном браке, какие-то особенные, имеющие веские предпосылки к этому. Но, по мнению специалистов, это не так. «Любой из нас, беря на себя ответственность за свое развитие и общее счастье семьи, может благополучно прожить всю жизнь с одним человеком», — резюмирует Ольга Алехина. Во всяком случае, попробовать стоит. ✷

Зачем драться? Разве нельзя решить все мирно, с помощью слов? В это искренне веришь, пока однажды не приходится растаскивать клубок из собственных дерущихся детей. Но неужели драки — это неизбежное зло?

АВТОР *Виктория Шапаренко*

БОИ МЕСТНОГО ЗНАЧЕНИЯ



Маленькое чудовище

Детские драки — необходимый этап развития. Разрядить обстановку, помолотив друг друга кулаками, чтобы после общаться как ни в чем ни бывало — с кем такого не случалось, даже с девочками? «"Детские драки так же естественны, как облака на небе" — под этим высказыванием одного раввина могут подписаться многие психологи, — говорит *Татьяна Тарасенко, детский психолог центра психологии "Я + семья"*. — В каждом возрасте драки происходят по разным причинам, но полностью избежать их вряд ли возможно. Агрессивность — абсолютно нормальная эмоция, которую ребенок должен прочувствовать, пережить и научиться контролировать».

Первая агрессия проявляется буквально с пеленок: уже в три-шесть месяцев малыш начинает нервно сучить ножками и недовольно кряхтеть, если мама оставила его одного в кроватке или задержалась с обедом. А примерно в год ребенок сталкивается с первыми «нельзя» —

кому такое понравится? Особенно если есть острое желание осваивать новые территории: сковородки, розетки, провода… Чадо отстаивает свое право на самостоятельность весьма бурно: кричит, бросает игрушки, хватает родных за волосы, а то и пытается ударить. «Объектом нападения всегда становится источник запрета, то есть взрослый, — уточняет *Екатерина Истомина, психотерапевт, директор Института системной семейной психотерапии.* — И чем сильнее взрослый настаивает, тем больше агрессия ребенка. Авторитет взрослого малыш пока осознает слабо, воспринимая его как равного себе».

Что делать в этом случае? Накричать, отшлепать? Екатерина Истомина считает такую стратегию ошибочной: «Таким образом мы учим ребенка, что сила решает все. Стоит ли удивляться, если в следующий раз он снова набросится на вас с кулаками? Или затаит злобу, пообещав: “Я побью тебя, когда вырасту”?». Чтобы успокоить чадо, психолог рекомендует использовать тактику трех шагов. Первый — попытаться понять ребенка: почему он так себя ведет, что спровоцировало его агрессию. Причин может быть масса: «не слушается» ботинок или кукла, закончились мультики, пора идти домой с прогулки и так далее. Второй шаг — помочь малышу идентифицировать обуревающие его чувства: «Ты злишься, потому что уронил игрушку? Ты устал?» И третий — вместо поискать выход, предложить свою поддержку: «Давай попробуем еще раз. Хочешь, я тебе помогу?» В ситуации же беспрекословного запрета, касающегося, например, той же розетки, психолог предлагает переключить внимание сына или дочки, предложив безопасную альтернативу.

Общаясь с малолетним драчуном, стоит помнить, что в момент, когда ребенок особенно невыносим, он больше всего нуждается в нашей поддержке. Но все же если малыш пытается вас ударить, стоит перехватить его ручку и твердо сказать: «Нельзя!»

Битва народов

Настоящей проблемой драки становятся, когда ребенок попадает в коллектив сверстников — на площадке, в детсаде или школе. «В дошкольном возрасте основными мотивами детских драк является проверка границ дозволенного, утверждение своего “Я”, неумение общаться и защита своего имущества. Причем чем младше ребенок, тем меньше он склонен делиться, — отмечает Татьяна Тарасенко. — Часто дети копируют модель агрессивного поведения родителей. Некоторые папы учат мальчиков давать сдачу, а то и бить первым, считая подобный стиль поведения “мужественным”. Хотя лучше, наоборот, обучать управлению своими эмоциями, выражая их словами (“Я злюсь”, “Я на тебя обижен”), или переводя в конструктивное русло — спорт, физическую активность. Важно также учить детей сотрудничать, договариваться, да и попросту играть вместе — они часто дерутся от скуки».

Самый агрессивный возраст — младшие школьники. Чаще кулаки в ход пускают мальчишки, в процессе борьбы за лидерство. Особенно любят так самоутверждаться дети с завышенной самооценкой, болезненно воспринимающие любое вторжение на личную территорию. Еще одна причина драчливости — влияние агрессивных мультфильмов и компьютерных игр. Из-за них ребенок привыкает считать драки чем-то очень важным — ведь главный положительный персонаж все время сражается!

Предотвратить детские потасовки может грамотный педагог, направив энергию детей в игру, соревнование, спорт или творчество. Проверенный способ: поручить забиякам важное совместное дело, чтобы они почувствовали себя командой и, возможно, даже подружились.

Что касается раннего переходного возраста, то в нем на арену сражений выходят девочки.

Общаясь с малолетним драчуном, стоит помнить, что в момент, когда ребенок особенно невыносим, он больше всего нуждается в нашей поддержке



Фото Howard Pyle/Corbis/FotoChannels, Shutterstock



Обычно причиной их драк становятся мальчишки, которые в это время, наоборот, входят во вкус в учебе, спорте и не очень интересуются противоположным полом. Девичьи драки всегда яркие, демонстративные. «Чаще всего дерутся девочки, отличающиеся большой эмоциональной лабильностью, избытком энергии, которую некуда девать, а также дочери одиноких мам, — поясняет Татьяна Тарасенко. — Такая мать вынужденно играет и женскую, и отцовскую роли, и девочка впитывает подобную ролевую модель как норму. Она втайне идеализирует отсутствующего папу, желает сама быть мужчиной — хотя бы на поведенческом уровне».

Мальчишеские драки в этом возрасте происходят довольно редко и, как правило, в среде проблемных подростков, юных социопатов. Впрочем, преждевременно вешать ярлык на агрессивного тинейджера не стоит. Возможно, дело в его бурном темпераменте, как у кинорежиссера Владимира Машкова — из-за драк его неоднократно исключали из театральных вузов.

Брат на брата

Почему дерутся родные братья и сестры, причем повторяют сражения раз за разом? Они либо охраняют свои личные границы, либо затевают драки от скуки, либо таким странным образом удовлетворяют потребность в контакте друг с другом (потузить — тоже контакт!). Но одна из главных причин — ревность. Ведь у родителей не всегда получается делить любовь и внимание между детьми поровну.

По мнению *американского психотерапевта Кэтрин Кволс,* автора книги «Переориентация поведения детей», родители только усугубят драку, если будут заступаться за одного из детей, говорить, что нельзя испытывать негативные чувства по отношению к брату или сестре, заставлять мириться, упрашивать одного отказаться от своих притязаний в пользу другого, кричать и распускать руки, пользуясь «правом сильного». В чем же состоит правильная стратегия? Кэтрин советует следующее: успокоить дерущихся детей (если они маленькие, то можно присесть, чтобы быть с ними вровень), при этом не запугивая и не манипулируя фразами вроде «Ваши драки выводят меня из себя». Затем попытайтесь заключить мирный договор так, чтобы в выигрыше остались обе стороны, — например, один строит из кубиков, другой подвозит их, потом можно поменяться.

Другие эксперты, в частности *израильский психолог Ципора Харитан,* советуют просто поменьше обращать внимания на детские драки, не придавать излишнего значения тому, что не стоит выеденного яйца. В отсутствие родителей и других значимых взрослых дети дерутся редко и недолго, потому что нет тех зрителей, за внимание которых они соперничают.

«Главное — не искать в драке виноватого, — подытоживает Екатерина Истомина. — Иначе ребенок привыкнет спихивать ответственность на другого, а не решать конфликт конструктивно. Каждый внес свою лепту в ссору, соответственно, каждый должен поспособствовать примирению. Задача родителей — предложить альтернативные варианты решения конфликта, а также подчеркнуть, что играть вместе гораздо интереснее, чем воевать».✷

ОТВЕТНЫЙ УДАР

Есть дети, которые не умеют постоять за себя и потому часто подвергаются атакам сверстников.

ПОЧЕМУ ТАК ПРОИСХОДИТ?

Возможно, ребенок чувствует себя зависимым от оценки взрослых («Драться плохо, а если я буду плохим, родители не будут меня любить»), обладает тревожным характером или же просто боится.

УЧИТЬ ЛИ ДАВАТЬ СДАЧИ?

72% родителей считают, что да, и психологи с ними согласны. Другой вопрос — как. Отдать в секцию карате хорошо, но мало. Даже владея навыками самообороны, ребенок может бояться ими пользоваться. Нужно еще «подкормить» его уверенность в себе — подбадривая чадо и акцентируя внимание на его победах. «Объясните ребенку, что давать сдачи необходимо только в тех случаях, когда все остальное не действует, — говорит Татьяна Тарасенко. — Например, если агрессор не реагирует на слова (“Не трогай меня”, “Не подходи”), повторенные несколько раз, а взрослых рядом нет. Уметь защищать себя нормально. Не стоит внушать ребенку, что “хорошие дети не дерутся” — это может сослужить плохую службу в будущем».

Фото Getty Images/Fotobank.ua


СІМ'Я
КРАСА
ЗДОРОВ'Я
КАР'ЄРА
ЯК ПІДГОТУВАТИ ДИТИНУ ДО ШКОЛИ?
sunny7.ua
ЖІНОЧИЙ КЛУБ-ПОРТАЛ



СПЕЛЫЙ АВГУСТ

Все прелести лета: оттенки средиземноморского загара, золотого песка и нежного персика — собраны в бронзирующей пудре для лица и тела Terra Nerolia от Guerlain. Терракотовый подчеркнет цвет посмуглевшей кожи, коралловый добавит света.

Автор Марина Сорока. Фото предоставлено компанией «Селдико»





ЭФФЕКТ: +40%

Именно настолько увеличена концентрация активных компонентов в обновленной формуле уже ставшего легендарным антивозрастного средства Genifique от Lancôme. Теперь он называется Advanced Genifique — «усовершенствованный». И еще успешнее борется за сохранение молодости: активизирует работу генов, контролирующих антиэйдж-процессы в коже. Клиническими исследованиями доказано, что после восьми недель использования продукта кожа становится более гладкой, эластичной, упругой и сияющей, а ее тон выравнивается.

КОНСИЛЕР И НЕ ТОЛЬКО

Мы привыкли, что консилер маскирует несовершенства кожи, и большего от него не ждем. А состав консилера для кожи вокруг глаз Phyto-Cernes Eclat от Sisley (экстракты винограда, кофе, арники, хвоща и моркови) дает понять, что продукт еще и ухаживает за кожей — разглаживает морщинки и уменьшает отечность.

ЭКО, АУ!

Обладатели премии «Земля Женщин» 2013 года, уже начали использовать свои денежные награды — для создания пунктов приема вторсырья, на приобретение пресса для мусора, на обустройство заброшенных парков. А организаторы, представители Фонда Ив Роше и одноименной косметической марки, ищут новых претендентов на победу. Если вы воплощаете в жизнь экопроект, заполните анкету участника конкурса на сайте **yves-rocher-fondation.org**.

Земля Жінок

ГЛУБОКОВОДНАЯ СЫВОРОТКА

Biotherm расширяет линию увлажняющих средств Aquasource сывороткой и BB-кремом. В их основе — внутриклеточная вода термального планктона, которая способствует обновлению кожи, и растительное вещество манноза, удерживающее влагу в глубоких слоях эпидермиса. Кроме того, сыворотка Deep Serum придает лицу сияние, а BB-крем выравнивает тон, скрывает недостатки, делает кожу гладкой и защищает от УФ-лучей.



ПО АЛФАВИТУ

Многофункциональные BB-кремы — уже в каждой косметичке. Тем временем появляются продукты, в названии которых фигурируют новые «двойные» буквы. Особенность CC-кремов — визуальное улучшение тона кожи. А есть еще и DD-крем от Julep. Это средство для лица работает и за BB-, и за CC-кремы. В Украине новинок пока нет, хотя очень хотелось бы попробовать.

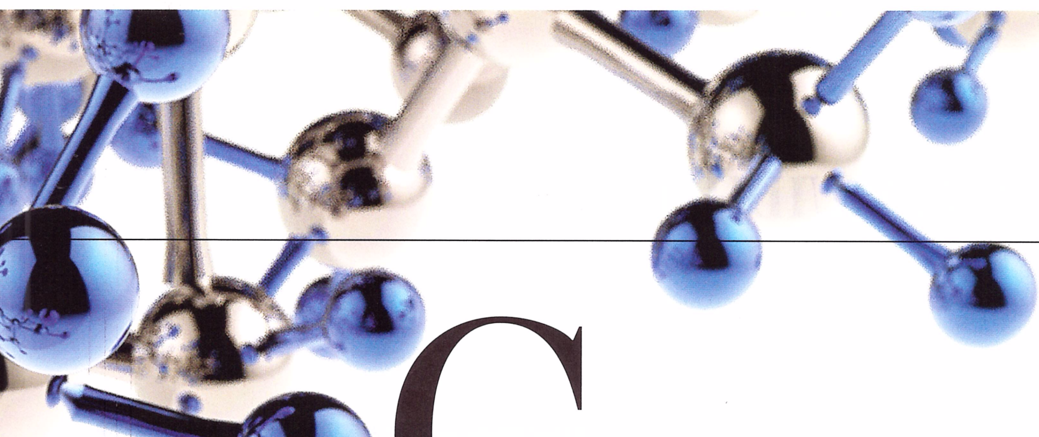


Автор Марина Сорока Фото Shutterstock, предоставлены компаниями Yves Rocher, L'Oréal (2), Sisley



КАК СТРАШНО ЖИТЬ

Органическая косметика наконец-то заняла свою нишу в индустрии красоты. Поутихли нападки на традиционные средства и их составляющие. Многие компании исключили из формул спорные компоненты, но вопросов осталось все равно больше, чем ответов, убедилась бьюти-редактор МАРИНА СОРОКА.



Силиконы, парабены, сульфаты — многие даже не понимают значения этих слов, но твердо уверены, что от продуктов с этими веществами лучше держаться подальше. Надпись на упаковке «без силиконов» или «без сульфатов» словно гарантия безопасности. Но так ли это на самом деле? Однажды на презентации новой линии средств для тела, не содержащих парабенов, я дважды задала разработчику формул вопрос «А что вы используете вместо парабенов и насколько это вещество безопасно?». Но кроме пространных экскурсов в историю косметологии ответа так и не дождалась.

Когда впервые услышала, что силиконы, парабены и сульфаты, которыми переполнена современная косметика, могут быть небезопасны для человеческого организма, возмущению моему не было предела! Чуть позже я задалась вопросом: тогда почему за 20 лет использования обычного шампуня с сульфатами, силиконами и парабенами с моими волосами и кожей головы не случились все те ужасы, о которых трубят экоактивисты?

С другой стороны, если упомянутые компоненты все-таки наносят вред, пусть даже и минимальный, то лучше себя от него оградить. Словом, хотелось бы добраться до истины.

Парабены

ЧТО: органические вещества, производные оксибензойной кислоты.
ЗАЧЕМ: обладают антисептическим и противогрибковым действием. Используются в качестве консервантов.
ГДЕ: косметика, парфюмерия.
В ФОРМУЛЕ: Methylparaben, Ethylparaben, Propylparaben, Isopropylparaben, Butylparaben, Isobutylparaben и Benzylparaben.
В ЧЕМ ПРОБЛЕМА: в 2004 году исследования британского ученого Филиппы Дарбре всколыхнули бьюти-индустрию: в 60% изученных образцов опухолей молочной железы она обнаружила следы парабенов. Это было еще более подозрительно в связи с тем, что действие этих консервантов в человеческом организме похоже на работу эстрогенов, женских половых гормонов, избыточная продукция которых может спровоцировать раковое заболевание. Но достоверно установить эту связь Дарбре до сих пор не удалось.

ИТОГ: на сегодняшний день ни одна научная работа не доказала, что парабены провоцируют появление опухолей или нарушения в работе эндокринной системы. Несмотря на то что ученые не пришли к единому мнению о вреде или безвредности парабенов, они соглашаются в том, что вопрос требует дополнительного изучения.

ЗА

- Натуральные парабены в количестве, значительно большем, чем в косметике, содержатся в овощах и фруктах: моркови, кукурузе, клубнике, чернике.
- Достойного аналога парабенов пока не нашли: другие химические консерванты и эфирные масла, которыми производители пытались их заменить, могут вызывать аллергические реакции.
- Управление по контролю качества пищевых продуктов и лекарственных препаратов США (FDA) и Международная организация, занимающаяся проверкой безопасности косметических средств (CIR), изучили множество научных данных и пришли к выводу, что парабены, используемые в косметике и средствах личной гигиены, безопасны.

ПРОТИВ

- В «Журнале прикладной токсикологии» (Journal of Applied Toxicology) был опубликован материал с предположением ученых о том, что парабены как эстрогеноподобные вещества могут влиять на развитие меланомы.
- В 2011 году в Дании было запрещено применение пропил- и бутилпарабенов в косметике для детей младше трех лет.

ЭКСПЕРТ

Тийна Орасмяэ-Медер, эксперт по косметической безопасности при Европарламенте, разработчик косметических средств Meder Beauty: «Я уже устала отвечать на вопрос "Почему вы используете парабены?". Да потому что боимся применять недостаточно исследованные новые консерванты! Потому что эко-консерванты, к сожалению, оказались аллергенными. Потому что парабены безопасны и эффективны. А надпись на упаковке "без парабенов" — это не более чем маркетинг».

Фото Shutterstock

Сульфаты

ЧТО: органические вещества, соли лаурилсерной кислоты.
ЗАЧЕМ: оказывают мощный очищающий эффект и создают хорошую пену.
ГДЕ: шампуни, гели для душа, жидкое мыло, зубные пасты, средства для демакияжа.
В ФОРМУЛЕ: Sodium Lauryl Sulfate, Ammonium Lauryl Sulfate, Tea Lauryl Sulfate, Sodium Laureth Sulfate, Sodium Myreth Sulfate, Ammonium Laureth Sulfate, Magnesium Laureth Sulfate и т. д.
В ЧЕМ ПРОБЛЕМА: сульфаты могут вызывать раздражение кожи головы и ухудшать состояние волос, иссушая их. Также, считается, что процесс создания сульфатов загрязняет окружающую среду.

ЗА

- Международная организация, занимающаяся проверкой безопасности косметических продуктов (CIR), заявила, что сульфаты в косметике и средствах личной гигиены безопасны. Но с оговоркой, что, учитывая возможность раздражения кожи сульфатами, применять эти средства нужно, четко следуя инструкции.

- Исследования доказали, что при взаимодействии с некоторыми компонентами сульфаты образуют соединения, способные проникать через кожу в кровь и накапливаться в организме. Но их количество в косметике настолько мало, что серьезно повлиять на состояние здоровья человека не может. В телепередаче «Среда обитания» на Первом канале российского телевидения, посвященной вопросам безопасности косметики, были озвучены такие данные: чтобы спровоцировать проблемы с печенью или другие серьезные заболевания, нужно мыть голову шампунем с сульфатами по восемь часов ежедневно в течение нескольких лет.

ПРОТИВ

- При мытье сульфаты растворяют масляную составляющую защитного слоя кожи, поэтому могут вызывать раздражение и сухость эпидермиса, а также разрушать структуру волоса. Особенно это скажется на поврежденных, окрашенных локонах и на чувствительной коже.

- Исследования чистых сульфатов (не состоящих в формулах косметических средств) показали, что они могут приводить к раздражению кожи и глаз, накоплению токсинов в организме, нарушениям в работе эндокринной системы.

ИТОГ: многие косметические компании, чтобы смягчить формулы своих средств, заменяют Sodium Lauryl Sulfate на менее агрессивный Sodium Laureth Sulfate и дополняют его многочисленными растительными экстрактами и маслами с увлажняющими и успокаивающими кожу свойствами. Это компромисс, который может устроить как потребителей, так и производителей. Тем не менее вопрос безопасности сульфатов в косметике требует дополнительного изучения.

ЭКСПЕРТЫ

Анна Халдеева, трихолог столичной «Клиники, дружественной к молодежи»: «Без сульфатов в современных условиях не обойтись — с их помощью мы вымываем пыль и грязь, которые оседают на наших волосах. Да и в том количестве, в котором сульфаты содержатся в шампунях, они не могут навредить организму. К тому же, многие не знают, что мыть нужно кожу головы, а не волосы — так шампунь будет оказывать на них меньше иссушающего действия».

Юлия Гагарина, химик-технолог, косметолог: «Лаурилсульфат натрия (Sodium Lauryl Sulfate) — один из самых агрессивных моющих компонентов. С одной стороны, он нужен, чтобы хорошо очистить кожу, а с другой — нарушает ее защитный слой, вызывает раздражения и делает волосы ломкими. Если после очищающего средства кожа "скрипит", значит от ее защитного слоя ничего не осталось. А чем легче средство смывает водостойкую тушь, тем оно агрессивнее для кожи. Хотя в любом правиле есть исключения: мицеллярные жидкости хорошо смывают водостойкую тушь и при этом не повреждают защитный слой кожи.

Более щадящие заменители сульфатов существуют: например, Lauryl Glucoside и Coco Glucoside, которые добывают из кокосового масла и глюкозы, или Disodium Laureth Sulfosuccinate. Но они дорогие, плохо пенятся и поэтому не всегда выгодны для использования».

Анатолий Децина, кандидат химических наук, разработчик формул российской марки «Живая косметика Сибири»: «Лаурилсульфат натрия может не только проникать в кожу, а затем в кровь, но также "захватывать" внутрь другие вещества, в частности тяжелые металлы. Кроме того, он сушит кожу головы, истончая ее и провоцируя преждевременное старение. Как снизить вред от сульфатов? Перед нанесением шампуня смочите кожу головы водой и подождите несколько минут: влажная кожа практически непроницаема».



Силиконы

ЧТО: синтетические вещества, созданные из кремния.
ЗАЧЕМ: в уходовых продуктах и декоративной косметике силиконы обеспечивают скользящее нанесение и шелковистый эффект, а в шампунях облегчают расчесывание и придают волосам блеск.
ГДЕ: средства по уходу за кожей и волосами, декоративная косметика.
В ФОРМУЛЕ: Dimethicone, Amodimethicone, Cyclomethicone, Phenyltrimethicone, Cyclopentasiloxane, Cyclohexasiloxane и т. д.
В ЧЕМ ПРОБЛЕМА: считается, что силиконы блокируют поры кожи, провоцируя воспаления, а также оседают на волосах и утяжеляют их.

ЗА

- Молекулы силиконов слишком большие, чтобы проникать через кожу в организм.

- Силиконы создают на коже полупроницаемую пленку, которая, с одной стороны, защищает, а с другой — не мешает газо- и водообмену кожи. Благодаря этому свойству 40 лет назад произошла настоящая революция в лечении ожогов: силиконы позволили создавать на коже «невидимые повязки».

- Американское управление по контролю качества пищевых продуктов и лекарственных препаратов (FDA) одобрило использование силиконов. Исследования показали, что эти вещества улучшают состояние кожи рук при дерматитах, уменьшают раздражения и воспаления.

ПРОТИВ

- Пока силиконы находятся на коже, эффект есть, но как только они смыты — эпидермис снова незащищен. Для сухой, поврежденной или обезвоженной кожи использование силиконов сродни обезболивающей таблетке, которая не устраняет причину «заболевания». А чтобы «вылечить» кожу, нужны растительные экстракты и витамины.

- Силиконы придают волосам здоровый вид, окутывая их защитной пленкой. Но при частом применении средств с силиконами, на волосах скапливается их избыток, что приводит к потере объема. Избежать этого можно, применяя попеременно продукты с силиконами и без них.

ИТОГ: Поскольку одно из наиболее частых обвинений в сторону силиконов — это аллергические реакции и раздражения кожи, то проверить, подвержены ли вы этому, можно только опытным путем — используя средства с силиконами. Но даже если у вас нет аллергии, косметику с силиконами лучше использовать дозировано.

ЭКСПЕРТЫ

Анна Халдеева, трихолог столичной «Клиники, дружественной к молодежи»: «Силиконы — это синтетический материал. Когда вы берете вещь из синтетической ткани и из натурального шелка — вы же чувствуете разницу? То же самое и с силиконами: это дешево и эффективно — но полезно ли? Вместо того чтобы добавить в формулу средства жидкий шелк или кератин, производители используют недорогие синтетические силиконы. В итоге они оседают на волосах и коже, плохо вымываются, провоцируют аллергию, раздражения и дерматиты, а волосы со временем тускнеют».

Инна Кравченко, технолог-разработчик косметики Dr Yudina: «Доказано, что силиконы, используемые в косметике, абсолютно не токсичны. Также они не забивают поры, поскольку обладают небольшой молекулярной массой. Даже выделяющееся кожное сало может приподнять силиконовую пленку».

Юлия Гагарина, химик-технолог, косметолог: «Чтобы избавиться от силиконов, вам придется выбросить всю косметику. Например, формулы декоративной косметики практически не обходятся без них. Силиконы — это не зло и не добро. Они не делают ничего полезного для кожи, но и никак ей не вредят. Их задача — улучшить текстуры средств, сделать их более удобными для использования». ✷

ГОВОРЯТ И ПОКАЗЫВАЮТ БЬЮТИ-БЛОГЕРЫ

О своих любимых летних косметических средствах и бьюти-правилах рассказывают лучшие блогеры Украины и России.

АВТОР *Марина Сорока*

ОЛЬГА КРЮКОВСКАЯ,
МОСКВА, JANGSTY.COM

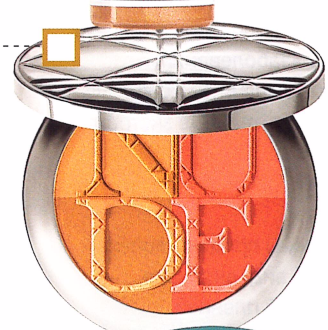
БРОНЗИРУЮЩЕЕ СРЕДСТВО ДЛЯ ТЕЛА

Такие продукты пригодятся на любом летнем мероприятии: подчеркнут загар или придадут коже красивый оттенок, если вы еще не загорели. В этом отношении очень советую новинку от Givenchy — бронзирующее средство Reflet Precieux, которое моментально убирает синеватость светлой кожи, добавляя легкий блеск. Не красит одежду и легко смывается.



БРОНЗЕР ДЛЯ ЛИЦА

Каждое лето косметические марки выпускают новые вариации бронзирующих пудр, кремов, гелей, спреев. В этом году я остановила выбор на средстве Paradise Duo Blush and Bronzer в оттенке Coral Glow №2 от Dior. Это красивый и универсальный продукт: бронзер и румяна, которые можно наносить с разной интенсивностью — подходят и для светлой кожи, и для загорелой.



СТОЙКИЕ КРЕМОВЫЕ ТЕНИ ДЛЯ ВЕК

Я выбираю стойкие тени в стике Long-Wear Cream Shadow от Bobbi Brown. У них широкая палитра: от типично летних оттенков nude и бронзы до насыщенных вечерних для smoky eyes. Они хорошо фиксируются на веке, не забиваются в складку и выдерживают испытание любой влажностью и температурными колебаниями. Также их можно использовать как базу под обычные тени для стойкости.

КАК Я ПРОВОЖУ ЛЕТО: в жаркую погоду не перегружаю лицо макияжем. Использую естественные оттенки теней, а если хочется красок — цветные водостойкие карандаши для глаз.

ВАЛЕРИЯ ГРИНЕВИЧ,
МОСКВА, SKROMNI.COM

АНТИПЕРСПИРАНТ

Уже много лет отдаю предпочтение антиперспирантам серии Clinical. Они есть у многих производителей. Средство нужно наносить вечером перед сном: оно работает весь следующий день, даже после утреннего душа. Подмышки остаются абсолютно сухими, неприятный запах не появляется. Мой выбор — Clinical Protection от Dove.

СОЛНЦЕЗАЩИТНОЕ СРЕДСТВО

В прошлом году я нашла идеальное солнцезащитное средство на лето — эссенцию Anessa Perfect Essence SPF 50+ от Shiseido. У нее легкая текстура, которая не создает жирного блеска на коже и не забивает поры. Подходит для использования в городе. Наношу на все лицо, шею и область декольте.

СТИК, ПРЕДОТВРАЩАЮЩИЙ ОБРАЗОВАНИЕ МОЗОЛЕЙ

Чтобы избежать раздражений, покраснений и мозолей на ногах, использую специальный стик Anti-Blister Stick от Compeed. Перед тем как обуться, им нужно обработать те участки кожи ног, где чувствуется давление и может возникнуть натертость. Подруги до сих пор благодарят меня за то, что я открыла для них это средство.



КАК Я ПРОВОЖУ ЛЕТО: стараюсь пить больше воды. Не использую ухаживающие средства с кислотами и ретинолом. Наношу солнцезащитную косметику не только на лицо, но и на шею, область декольте, руки и даже пробор волос, если не надеваю головной убор.

Фото Figaro/East News, предоставлено компаниями «Селдико» (2), Compeed (1)


Ray-Ban

ОКСАНА УШАКОВА,

МОСКВА, MANGOOSTA.RU

СОЛНЦЕЗАЩИТНОЕ СРЕДСТВО

Для использования в городе (то есть совместимое с макияжем) выбираю легкие, нежирные текстуры. Мне очень нравится City Block Sheer SPF 25 от Clinique — это и выравнивающая база под макияж, и солнцезащитное средство.

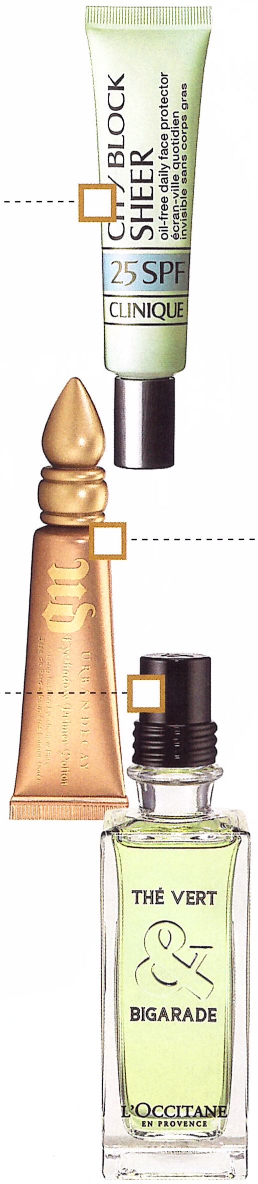
ВОДОСТОЙКИЕ ТЕНИ ДЛЯ ВЕК

В этой категории безусловными лидерами для меня являются кремовые тени Aqua Cream от Make Up For Ever. В палитре есть красные оттенки, которые можно использовать в качестве румян или помады. С этими тенями можно даже купаться: они очень стойкие и при этом не сушат кожу.

НЕНАВЯЗЧИВЫЙ ПАРФЮМ

Летом тяжело благоухать чем-то типа Poison от Dior или Opium от YSL. Хочется легкого, свежего и чистого аромата. Для меня это в первую очередь парфюмы с нотами зеленого чая. Такие есть у многих марок, но сейчас мой любимец — The Vert & Bigarade от L'Occitane: это просто освежающий глоток чая со льдом! Аромат, совершенно не утомляющий и не раздражающий даже в жару.

КАК Я ПРОВОЖУ ЛЕТО: если не считать обязательного использования солнцезащитных средств, то основное правило — удаление в течение дня избытков кожного жира с помощью матирующих салфеток. И непременно — очищающие маски хотя бы пару раз в неделю. Кожа должна дышать, а для этого нужно чистить поры.



МАРИНА ТЕПЛОВА,

КИЕВ, PLENTYOFJARS.COM

СРЕДСТВА ДЛЯ ПЕДИКЮРА

Летом ноги все время на виду, поэтому слежу, чтобы педикюр был максимально аккуратным и держался как можно дольше. В этом помогают средство для удаления кутикулы No More Cuticles от Kiss и быстросохнущее покрытие для ногтей Fast Finish Top Coat от EzFlow. С первым легко убрать кутикулу без обрезания, а второй — лучшая из всех известных мне «сушек».

БАЗА ПОД ТЕНИ

Даже очень качественные тени имеют свойство в жаркий день предательски скатываться в складку. Здесь на помощь приходит база под тени. Праймер всех времен и народов — это Eyeshadow Primer Potion от Urban Decay. Держит любые тени «намертво» и при этом экономно расходуется.

БЛЕСКИ ДЛЯ ГУБ

Летом я практически не пользуюсь помадами, предпочитаю блески. Сейчас мой фаворит — Liquid Care Lip Gloss SPF 12 от Astor. Он отлично увлажняет губы и защищает от солнечных лучей. Имеет удобный аппликатор. Из широкой палитры оттенков я обзавелась уже тремя, и, чувствую, это не предел.

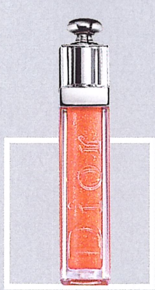
КАК Я ПРОВОЖУ ЛЕТО: в городе использую солнцезащитные средства не только для лица, но и для тела. Избавиться от гиперпигментации практически невозможно, а избежать ее можно, прикладывая небольшие усилия.

Фото предоставлены компаниями Urban Decay (1), Giorgio Armani (1), Jane Iredale (1), Estee Lauder (1), «Глобаль Дистрибьюшн» (1), Hexagone (4), «Селдико» (3), «Эрмитаж» (1), «Реал Бьюти» (1), «Визаж» (1), «Глоссари» (1)

Лучшие летние средства от «ЖЖ»



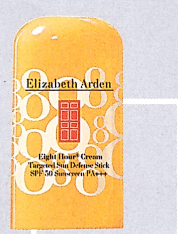
Увлажняющий спрей, продлевающий загар, *от Collistar*



Увлажняющий блеск для губ *от Dior*



Тонизирующий спрей для тела *от La Prairie*



Солнцезащитный стик для особо чувствительных зон SPF 50 *от Elizabeth Arden*



Интенсивное увлажняющее средство для лица *от Ella Baché*



Концентрированная водостойкая мазь для загара кожи, привыкшей к солнцу, *от Collistar*

ВАСИЛИНА ВОРОБЬЕВА,

ПАРИЖ, VVASILINA.COM

ЯРКАЯ ПОМАДА

Когда глаза скрыты за солнечными очками, яркая помада способна заменить целый арсенал косметики. Ей одной под силу создать образ. Мой выбор — матовая помада Lip Maestro от Giorgio Armani: сочная, выразительная и очень приятная на губах. В палитре оттенков есть на что посмотреть!

БРОНЗЕРЫ

Летом как никогда становятся актуальны бронзеры: пара взмахов кистью и у вас загорелый вид, даже если вы все время сидите в офисе. Мне нравится бронзирующая пудра Poudre Bonne Mine от Givenchy — отлично растушевывается и «уходит» с кожи только с помощью демакияжа.

МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ КРЕМ ДЛЯ ЛИЦА

Я привыкла пользоваться солнцезащитными средствами круглый год, а летом и подавно. Поэтому ухаживающий крем для этой поры обязательно должен содержать SPF. В этом сезоне мой фаворит — легкая эмульсия Uv Cut Ecru Premiere от Cefine: защищает от солнца и обладает легким тонирующим эффектом.

КАК Я ПРОВОЖУ ЛЕТО: сияющая кожа тела выглядит очень привлекательно. Мне нравится тот визуальный эффект, который дают масла с мелкими блестками. Если в жару нет желания наносить такое масло, добавляю его в любимый крем для тела — так и блеска не слишком много, и кожа достаточно увлажнена.



ДАРЬЯ КОЗАЧЕНКО,

КИЕВ, TIME4BEAUTY.BIZ

МАТИРУЮЩЕЕ СРЕДСТВО ДЛЯ ЛИЦА

Их сейчас много и в разных форматах: сыворотка, флюид, тональный крем, пудра или салфетки. Я использую матирующие салфетки Pureness Oil-Control Blotting Paper от Shiseido. Надежные и эффективные.

ЛЕГКИЙ ПАРФЮМ

Я люблю смешивать разные, но сейчас явный любимчик — A Shot of Thai Lime Over Mango от Jo Loves с нотами манго, лайма и мяты.

ЯРКИЕ ЛАКИ ДЛЯ НОГТЕЙ

Лето — это время, когда я чаще всего ношу яркие лаки. Солнце дает возможность экспериментировать и выгодно показывать самые разные оттенки. Сейчас мои фавориты: Chanel в оттенке Bel-Argus, ANNY в оттенке Pink Cadillac и Essence в цвете Flashy Pumpkin.

КАК Я ПРОВОЖУ ЛЕТО: пью много воды, а также использую защиту от солнца даже в пасмурные дни.

НАДЕЖДА ПУПЦЕВА,

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ, BELLA-SHMELLA.COM

МИНЕРАЛЬНЫЕ ПУДРЫ

Моя любимая — компактная PurePressed Base Mineral Foundation SPF 20 от Jane Iredale. Легкая, не ощущается на коже, но при этом обеспечивает хорошую маскировку и выравнивание тона.

ЛАКИ ДЛЯ НОГТЕЙ СОЧНЫХ ЦВЕТОВ

Лаки из летней коллекции Chanel 2013. Даже если обычно вы не носите яркие лаки, горячее время — повод изменить традиции.

СРЕДСТВА ДЛЯ «ПЛЯЖНОЙ» УКЛАДКИ

Создать эффект слегка завитых волос, как будто вы только что вернулись с пляжа, помогут специальные укладочные средства. В их названии обычно есть слова «Beach Waves» (с англ. — «пляжные волны»). В использовании просты: нанести на влажные волосы и, не расчесывая, посушить феном, сжимая пряди руками. Мой выбор — спрей Marine Summer Hair Beach Waves от Frederic Fekkai.

КАК Я ПРОВОЖУ ЛЕТО: ни на минуту не забываю про SPF! Это инвестиции в красоту и молодость кожи.



Деликатная очищающая цветочная вода *от Darphin*

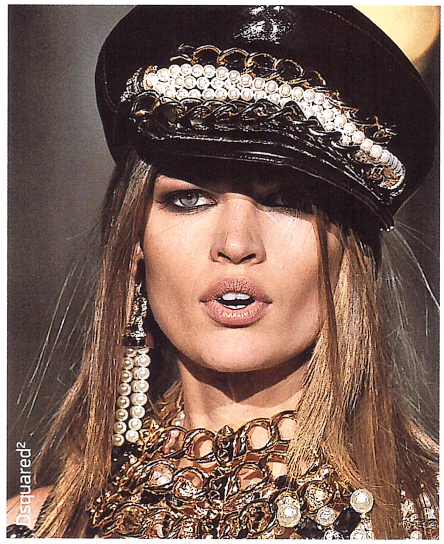


Органический солнцезащитный крем SPF 30 *от BEMA*



Женский аромат Dahlia Noir L'Eau *от Givenchy*







Я ИДУ ИСКАТЬ!

Кокетка не станет жалеть робкое или чересчур доверчивое мужское сердце — увлечет за собой не глядя! А вот когда и кем увлечься ей, решит сама. Как и то, какой образ сегодня примерить.



1. Новый аромат в парфюмерной коллекции Library Collection от **Amouage** — зелено-древесный, кожаный **Opus VII**. В его композиции — ноты уда, пачули, амбры, розового перца и мускатного ореха.

2. Лак-блеск для губ **Rouge Pur Couture Vernis A Levres** от **YSL** объединяет сияние блеска и стойкость помады. Моментально тает на губах, создавая яркое зеркальное покрытие надолго.

3. Невесомые пудровые тени **Loose Eyeshadow Powder** от **Guerlain** легко распределяются на веках, придавая коже металлический блеск.

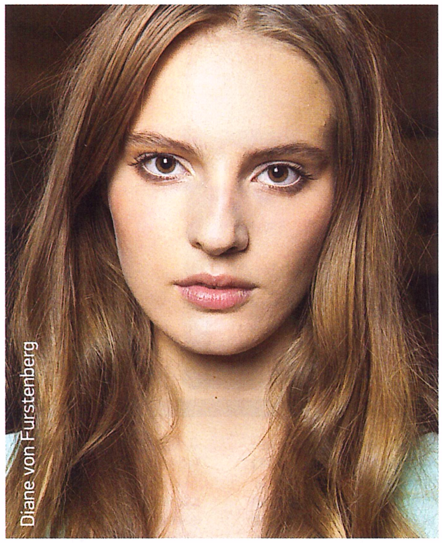
4. Бальзам-карандаш для губ **Jelly Lip Pen** от **Dior** обеспечивает полупрозрачный оттенок и легкий блеск. Увлажняющие компоненты в формуле средства ухаживают за нежной кожей.

5. Двухцветные тени **Beautiful Color** от **Elizabeth Arden** шелковистой текстуры легко распределяются на веке и не скатываются в складках кожи.

6. Особенность туши **Surrealist Everfresh** от **Helena Rubinstein** в том, что она никогда не засыхает в тюбике. Щеточка в форме венчика и черные пигменты придают ресницам выразительность.

Автор Марина Сорока. Фото Zeppelin/East News (6); предоставлены компаниями «Селдико» (4), Hexagone (4), L'Oréal (3), Chanel (1), «Визаж» (1)







ФЛИРТУЮТ ВСЕ!

«Величайшее чудо любви в том, что она исцеляет от кокетства», — писал французский романтик Андре Моруа. Но хотим ли мы излечиваться — вот в чем вопрос. Не зря говорят, что женщина без кокетства что цветок без запаха.





1. Блеск для губ **Lèvres Scintillante** от **Chanel** легко наносится, тает на губах, смягчает их и дарит ровный цвет и сияние.

2. Обновленная версия аромата **Flowerbomb** от **Viktor&Rolf — La Vie en Rose —** нотки мандарина, малины, миндаля, пачули и амбры.

3. Лак для ногтей **Vernis** от **Dior** в конфетно-розовом оттенке Princess добавит образу трогательность и нежность. Мелкие блестки придадут сияние.

4. Интенсивный восстанавливающий бальзам для губ **Eight Hour Cream** от **Elizabeth Arden** с маслом арники и ментолом увлажняет и успокаивает кожу.

5. Яркий и сочный фруктово-цветочный аромат **It's Me** от **Jacomo** бодрит и заряжает энергией. В его композиции — ноты ананаса, ирисовой пудры и мускуса.

6. **BB Cream** от **Matis** маскирует недостатки, выравнивает тон, защищает от преждевременного старения, питает, увлажняет и осветляет кожу.

7. Крем-румяна **Diorblush** от **Dior** имеют нежирную текстуру, легко распределяются на коже и равномерно наносятся. Придают лицу свежесть и сияние.



1. Палетка пятицветных теней от **«Л'Этуаль»** позволит создать гармоничный макияж глаз. Оттенки хорошо сочетаются между собой и самодостаточны нанесенные по одному.

2. Увлажняющая помада-блеск **Shine Edition** от **Bourjois** с кремовой текстурой дарит губам до 10 часов мягкости и комфорта. А еще — стойкий цвет и сияние.

3. Увлажняющая парфюмированная вода без спирта от **Yves Rocher** создана специально для лета: экстракт алоэ вера поддерживает уровень влаги в коже, а экзотический аромат бодрит.

4. Среди ингредиентов нового **BB-крема** от **Maybelline New York** — салициловая кислота, антисептик, препятствующий воспалениям, а также витамины А, В и Е, необходимые коже.

5. Спрей-вуаль для лица **«Ангелика»** от **L'Occitane** с эфирным маслом ангелики и экстрактом алоэ вера тонизирует, освежает, заряжает энергией и насыщает кожу влагой.

6. Пудра с эффектом загара от **Academie** придаст лицу ухоженный вид и скроет мелкие недостатки. Экстракт ромашки и витамины А и Е бережно заботятся о коже.

КОМАНДНАЯ РАБОТА

Эти баночки, скляночки, тюбики и коробочки готовы работать с полной отдачей — лишь бы вы остались довольны ими, а в итоге, разумеется, — собой. Попробуем?







7. Разглаживающий крем для волос от **Wella** «усмиряет» непослушные локоны и надолго сохраняет гладкость укладки.

8. Масла дерева ши и ореха макадамия, а также увлажняющий комплекс Hydra-IQ делают крем-гель для душа от **NIVEA** не только гигиеническим, но и ухаживающим средством.

9. Мягкий гель-пилинг от **Johnson's**, формула которого обогащена минералами и витаминами, а текстура — микрошариками, нежно отшелушивает отмершие клетки кожи.

10. **Syoss** выпустил маску для волос, дающую эффект салонной процедуры ламинирования на срок до 10 дней: зеркальный блеск и укрепление локонов без утяжеления.

11. Очищающий мусс от **Dr. Yudina** содержит D-пантенол, который интенсивно увлажняет и обновляет кожу. Экстракт имбиря оказывает противовоспалительный эффект.

12. Регенерирующий крем для сухой кожи ног от **Neutrogena** питает, смягчает и увлажняет эпидермис. А также создает защитную пленку и предупреждает потерю влаги.

Автор Марина Сорока. Фото Михаил Куцый (2), предоставлены компаниями Yves Rocher (1), Procter & Gamble (1), «Глобаль Дистрибьюшн» (1), «Сотби» (1), Beiersdorf (1), «Л'Этуаль» (1), Henkel (1), Johnson & Johnson (2), L'Oréal (1)

Несмотря на то что летом мы по определению выглядим «милее, румяней и белее» и коже, казалось бы, требуется меньше ухода, чем зимой, это не повод отказываться от сывороток. Ведь с ними наша кожа оживает, подтягивается, начинает светиться изнутри. Главное — подобрать свою сыворотку.

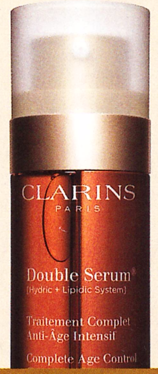


ДЕЛО ПРАВОЕ

«Да, привычка спать на правом боку не самая удачная. Мимические морщинки возле глаз и губ на правой стороне лица обозначились четче. Вернуть равновесие я решила с помощью регенерирующей сыворотки Matis Regenerating. Наносила на кожу этот насыщенный флюид утром и вечером. Сыворотка быстро впитывалась и оставляла приятное ощущение свежести. Спустя две недели обратила внимание, что кожа стала более гладкой и бархатистой, а морщинки — почти незаметными».



Виктория Куриленко, редактор

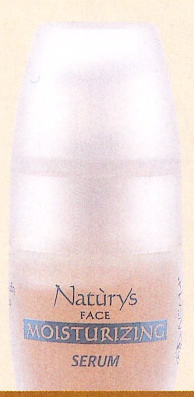


ВДВОЙНЕ ПРИЯТНО

«Люблю сыворотки за нежную текстуру и быстрый результат. У антивозрастной сыворотки Double Serum от Clarins богатая биография: семь раз, начиная с 1985 года, усовершенствовалась ее формула. В составе обновленной версии — 20 растительных экстрактов, и это помимо других активных веществ. Использование средства — целый ритуал: разогреть и растереть пару капель в ладонях, затем массирующими движениями нанести на лицо и шею. Кожа спустя неделю выглядит довольной и отдохнувшей, даже тональное средство не требуется».



Татьяна Петкова, главный редактор



ОТ ЖАЖДЫ

«Увлажняющая органическая сыворотка от BEMA моментально впитывается, образуя на коже тонкую светящуюся пленку. Аромат совсем не растительный. Но стоит заглянуть в список ингредиентов — и становится ясно, что это настоящая органика: экстракты сандалового дерева, ячменя, мальвы, масла подсолнуха, оливы. Сыворотка должна работать на самых нижних слоях кожи, наполнять их влагой и удерживать ее там. Я лишь чувствую, что моей коже очень комфортно на протяжении дня, и даже к вечеру на носу не появляется сальный блеск. Ура!»



Марина Сорока, бьюти-редактор



МАСКА ГЕЙШИ

«До сих пор я ничего не знала о марке Stendhal, поэтому погуглила и выяснила, что это французский люксовый бренд, который ведет свою историю с 1946 года. Норковое масло и экстракт морских ежей в косметике, сыворотка в одноразовых ампулах — это все придумали Stendhal. В сыворотке Hydro-Harmony Plus Moisturising Serum экстракта морских ежей нет, но есть не менее экзотический экстракт грибов шиитаке. Маски из этих грибов делали японские гейши. Не знаю, как маски, а сыворотка прекрасно увлажняет, освежает и улучшает цвет лица».



Ольга Переверзева, редактор

Фото из архива редакции; Юрий Балан (1), Михаил Куцый (1), предоставлены компаниями Hexagone (2), L'Oréal (1).
Макияж Наталья Бондарь

ПТИЦА ФРИДА

После 2009 года скромная индийская девушка Фрида Пинто оказалась везде: на обложках, в рейтингах самых красивых людей мира и самых стильных женщин от журнала People, в хит-параде самых желанных женщин от мужского портала AskMen.com. Вот что значит сняться в хорошем фильме в правильное время.

Для свежести кожи я выпиваю в день по три-четыре литра чистой воды и съедаю бесчисленное количество сырых овощей и фруктов

ИЗ ТРУЩОБ С ЛЮБОВЬЮ

Странному для своей родины имени Фрида Пинто обязана семье — католикам епархии Мангалора, общины с затейливой историей. В XVI веке на побережье Гоа обосновались португальские колонисты, обращавшие местное население в христианство. Позже принявшие новую веру расселились по стране, везде сохраняя родной язык конкани и «чужую» католическую религию с европейскими именами — Индия состоит из таких противоречий. Фамилию Пинто (по-португальски — «небольшая птица») предок нашей героини получил от крестившего его миссионера. Мангалорские католики — люди респектабельные, образованные, знающие несколько языков. Отец Фриды Фредерик трудится старшим менеджером в крупном банке Мумбаи, а мать Сильвия — директор школы.

Фрида мечтала о другой карьере: «С детства я любила проводить время перед зеркалом, изображая ту или иную телеперсону. Я осознала свое призвание, когда мне было 11 лет — в этом году титул "Мисс Вселенная" получила уроженка Индии Сушмита Сен. Ее победу праздновала вся страна. Я сказала себе: "Я стану такой же, как она"».

На фоне скромной карьеры модели и телеведущей Фрида принялась ходить на кастинги к фильмам. Получила сто отказов и один телефонный звонок: «Вы нам подходите». Этим единственным приглашением была роль в «Миллионере из трущоб» — картине Дэнни Бойла, ставшей фаворитом оскаровской гонки в 2008 году и получившей в итоге статуэтку за лучший фильм. Он принес Фриде не только мировое признание, но и счастье в личной жизни: она до сих пор живет с Девом Пателем, сыгравшим главного героя.

Журналы полюбили Фриду Пинто не столько за красоту (Айшварии Рай, тоже уроженке Мумбаи, она все же уступает), сколько за сердечность, искреннюю улыбку и чувство стиля. Как всем смуглым брюнеткам, ей идут яркие вещи, затейливые узоры и массивные золотые украшения. «Подбирая платья для красной дорожки, я стараюсь не повторяться с цветом» — таков, по словам актрисы, секрет того, чтобы всегда быть замеченной. Фирменный знак ее стиля — аксессуары, контрастные к цвету наряда. При этом Фрида терпеть не может одежду с разрезами и глубоким декольте — она всегда прикрывает все, что должно быть скрыто у приличной индийской девушки, разве что редко упускает случай продемонстрировать красивые ноги. С удовольствием носит наряды индийских дизайнеров, а всем европейским предпочитает Chanel: «Они шьют простые вещи, но в них есть класс».

КРАСОТА ИЗНУТРИ

С 2009 года Фрида является лицом L'Oréal, причем первый же рекламный ролик с ее участием стоил компании скандала. Зрители заметили, что смуглую кожу Фриды осветлили при помощи спецэффектов, и обвинили бренд в расовой дискриминации. Представители компании ответили, что светлокожесть актрисы — результат съемочного освещения и ничего больше. Впрочем, из всех продуктов L'Oréal Пинто больше всего любит блески для губ — в антиэйджинговом уходе ее кожа пока не нуждается. В 28 лет несложно выглядеть красоткой.

Ее макияж занимает не более 15 минут и всегда скромен: Фрида Пинто с красной помадой и яркими тенями — это уже не Фрида Пинто. Зато она смолоду озаботилась правильным уходом за

Автор Светлана Евсюкова. Фото Action Press/East News



кожей: «Мой ежедневный бьюти-ритуал — очищение и увлажнение. Дневной крем обязательно должен содержать солнцезащитные фильтры. Время от времени наведываюсь к косметологу — сделать гликолевый пилинг или микродермабразию. Лучшей инвестицией в красоту считаю хорошее средство для снятия макияжа: ничто не портит вашу кожу так, как несмытый перед сном мейкап. Как бы я ни устала, всегда умываюсь, прежде чем лечь спать. А еще мама научила меня делать маски из йогурта — это прекрасный способ увлажнить кожу».

Диета для Фриды тоже служит в первую очередь цели хорошо выглядеть. «Для свежести кожи я выпиваю в день по три-четыре литра чистой воды и съедаю бесчисленное количество сырых овощей и фруктов. Я не вегетарианка, но моя диета не "мясоцентрична". Для очищения организма пью свежевыжатые свекольный и морковный соки — это помогает вывести токсины, улучшить пищеварение и сделать кожу здоровой. В овощные соки добавляю перец или кориандр, так вкуснее». Фрида — поклонница как родной, так и итальянской кухни, обожает ризотто с морепродуктами и цыпленка по традиционным индийским рецептам.

Любимые способы расслабления у актрисы тоже индийские: массаж головы и йога. Это не только помогает хорошо выглядеть, но и гармонизирует мироощущение. «Для меня быть красивой — значит чувствовать себя комфортно в своей коже и с благодарностью принимать все удивительные подарки, которые мне дарит жизнь». Девушке с такими глазами веришь, какие бы банальности она ни говорила. ✷

ВСЕ ОТКЛЮЧЕНО!

Звучит странно, но научиться отдыхать намного сложнее, чем трудиться. Работа держит в тонусе целый год и предполагает набор стереотипных действий — у кого-то чуть шире, у кого-то чуть уже. И вдруг выдается пара отпускных недель, чтобы прожить их как-то иначе. Но как? Что делать, если тело и душа разучились расслабляться?

АВТОР *Виктория Куриленко*

И ВЕЧНЫЙ БОЙ

Для наших современников это действительно проблема. Появился даже специальный термин — социальный джетлэг, сбой природных биоритмов у жителей мегаполисов, смешавших в одну кучу и работу, и дом, и отдых. Раньше ведь как было: солнце село — люди спят. Сегодня световой день может длиться сутками. Компьютер дома и в офисе, смартфон в транспорте — современные средства коммуникации увеличили рабочий день в два, а то и в три раза. «Мы стали заложниками возможности работать круглосуточно, — считает *Анна Валенса, практикующий психолог, кандидат философских наук, руководитель киевского Центра развития мужчины и женщины.* — Комфортный на первый взгляд вариант работы дома — через интернет — на деле требует своеобразного навыка переключения и самоорганизации, которая есть не у всех. Отсюда растущее напряжение, тревожность, недовольство собой. Плюс проблема гиперкоммуникации: когда, кроме живого общения, постоянно звонит телефон, кто-то стучится в ICQ, идет поток сообщений через социальные сети и рекламные борды на улице. Передозировка информацией незаметно перегружает нервную систему, вызывает зависимость. Придя домой после работы, человек снова включает компьютер, просматривает новостную ленту в соцсети, делает какие-то звонки. В итоге, люди берут на себя большие обязательства — теоретически выполнимые, но практически вредные. И совершенно разучиваются отдыхать».

Среди клиентов *Татьяны Ждановой, специалиста в области персонального и корпоративного брендинга,* есть отдельная категория людей, которые вообще игнорируют отпуск. Они панически боятся уехать из города, перестать контролировать рабочий процесс. Как правило, это начинающие руководители, боящиеся делегировать полномочия другим. «Замыкание полномочий на себе — незрелая позиция, — считает Татьяна Жданова. — Высший пилотаж управления — объяснение персоналу принципа, на основе которого они могут принимать решения в отсутствие шефа. Один из результатов работы с такими клиентами — постановка цели "я еду отдыхать" и обретение свободы собственником

Фото Mondadori Grazia/East News





бизнеса. Есть еще один тип современных отдыхофобов — это люди, превратившие в религию стремление к росту и развитию. Навязчивая идея — не пропустить ни одного тренинга или семинара, постоянно расширяться и расти — не позволяет расслабиться, притупляется инстинкт своевременной релаксации. Нет ничего плохого в стремлении расширить границы собственной личности, пока в жизни есть полноценные выходные и отпуска. Иначе вечный тонус в делах непременно отразится на самочувствии».

Хронических трудоголиков, разучившихся отдыхать, *семейный врач Андрей Легкодух* вычисляет по мрачным, напряженным лицам — они почти не улыбаются, в их жизни мало радости, они негибкие и неспособны разглядеть в плохом крупицы позитива. Хорошо, если на этом вредная симптоматика заканчивается. На уровне тела дефицит отдыха может проявляться смещенными биоритмами: бессонницей по ночам, сонливостью днем, плохим аппетитом, полным безразличием к тому, что происходит вокруг. Смена времен года интересует человека только в одном смысле — что надеть на улицу. «Сегодня вполне серьезно можно говорить о новой болезни — синдроме отсутствия отдыха, — считает Андрей Легкодух. — И последствия его весьма серьезны: депрессии, инфаркты, инсульты, онкологические заболевания. Без полноценного отдыха организм живет в постоянном стрессе, садится иммунитет, тают жизненные силы. Отсюда — обострение хронических заболеваний, частые простуды (человек, как магнит, притягивает к себе вирусы) и даже перерождение доброкачественных опухолей в злокачественные. Такие пациенты встречаются теперь все чаще».

ОШИБКИ ОТПУСКНИКА

Впрочем, хождение в отпуск два раза в год еще не гарантирует свежего взгляда на мир и прекрасного самочувствия. И трудоголик, и в меру трудолюбивый гражданин зачастую совершают одни и те же ошибки, перечеркивающие весь смысл отпускных деньков. Наши эксперты насчитали как минимум три таких промаха.

1 Вы не бывали на Таити?

Десятидневный тур в Анталию, отель категории «все включено», катание на яхте и пару тысяч долларов, потраченных на развлечения, — стереотип идеального отдыха. «Подражание чужому примеру разлучает нас с собственными желаниями, — считает Анна Валенса. — Выбирая маршрут для отпуска, человек размышляет, сможет ли он потом похвастать им перед друзьями. Едет в Париж, потому что в нынешнем сезоне это модно, хотя по-настоящему пополняет ресурсы в загородном доме на берегу реки. В итоге, отдыхает для кого-то, а не для себя. Наблюдаю сегодня повальное

Фото Luca Tettoni/Corbis/FotoChannels, Shutterstock

увлечение духовными практиками — народ отправляется в паломничество в Индию или Непал, притом, что никакого духовного роста там с большинством не происходит. Ведь движет людьми не внутренний импульс, а стремление соответствовать модному стандарту».

2 Кто все эти люди?

Плохая компания в отпуске — деньги, выброшенные на ветер. Отдых в пятизвездочном отеле на океанских островах запросто может отравить злобное шипение подруги-компаньонки или ворчание приятеля-зануды. Не стоит ехать на курорт с человеком, надоевшим за рабочий год. Важно отдыхать от заезженных отношений. Как правило, мы знаем, какие настроения несут те или иные люди, поэтому создаем желанные и разрываем болезные связи.

3 У вас есть Wi-Fi?

Еще одна классическая ошибка отдыхающих — брать с собой в отпуск ноутбук, регулярно проверять почту, отвечать на деловые звонки и самому звонить в офис. Уж лучше тогда в отпуск вообще не ходить. Специалисты британского Института лидерства и менеджмента (Institute of Leadership and Management) пришли к выводу: современные технологии связи способны испортить любой отдых. Сотрудники Института провели опрос среди 2,5 тысяч офисных клерков и выяснили, что почти половина из них после отдыха чувствовали еще большую усталость, чем до него: 80% не прекращали в отпуске электронную переписку, 50% отвечали на рабочие звонки, а еще 10% периодически наведывались в офис. В большинстве случаев за служебным рвением скрывается страх потерять свое рабочее место или утонуть в потоке электронных писем, которые скопятся за время отпуска.

РАССЛАБЬТЕСЬ!

Анна Валенса уверена: с отдыхом все сложится, если позаботиться о теле и самочувствии, эмоциях и настроении, людях и мыслях, которые будут вас сопровождать. Лучше всего тело расслабляется на переключении ритмов активности и пассивности. Тем, кто целый год просидел за компьютером, в отпуске стоит полазить по горам, динамично попутешествовать. Тем же, кто носился, как угорелый, полезно растянуться на пляже и подумать о вечном. Важно предусмотреть эмоциональную атмосферу отпуска: будет ли это дискотечный ритм с энергетическими коктейлями или уединение и спокойная обстановка в компании самых близких людей. Хотя близкие люди и спокойная обстановка тоже не всегда совпадают. Если супруги не отравляют жизнь друг друга дома, совместный отпуск действительно способен освежить отношения. Но если люди устали друг от друга за год, на время отдыха есть смысл разъехаться.

Человек по-настоящему отдыхает тогда, когда не тревожится. Для этого нужно научится управлять своим состоянием, мыслями и чувствами. Решая где, с кем и как, Татьяна Жданова рекомендует протестировать все варианты отдыха на уровень «личной тревоги» и выбрать минимальный. Определиться с собственной трактовкой состояния «расслабиться»: в какой компании, в каких местах, при каких обстоятельствах. Свои критерии отдыха Жданова давно определила: это северный климат, рыбалка, отсутствие мобильной связи, телевидения, интернета. За релаксом она едет на родину, в Архангельскую область — наслаждаться тишиной и природой. Гарантированный эффект дают поездки, связанные с историей, духовностью, культурой. В них происходит мощный разрыв между рабочим и нерабочим контекстами, который и дает долгожданное чувство переключения.

Андрей Легкодух рекомендует отдыхать не меньше 25 дней в году и уезжать на это время подальше от дома, менять окружающую энергетику. Хорошо, если рядом будет море или река. Вода, смывающая проблемы и очищающая мысли, увеличивает шансы почувствовать себя отдохнувшим. «Важно полностью забыть о работе: выключить мобильный, прекратить проверять электронную почту, постараться не смотреть телевизор, — рекомендует Легкодух. — Я, например, никогда не сообщаю коллегам или пациентам, куда именно еду, и заранее предупреждаю, что мобильный оставляю дома. Не беру на отдых даже часы. Это потрясающее ощущение — потеряться во времени и никуда не торопиться. Просто наслаждаться тем, что тебя окружает». Вместо «все включено» «все «отключено» — только так.✷



Классическая ошибка отдыхающих — брать с собой в отпуск ноутбук, проверять почту, отвечать на деловые звонки



ДНЕВНИК ХУДЕЮЩЕЙ ОПТИМИСТКИ

Мало кто, отправляясь на отдых, задается целью похудеть, тем более сидеть на диете. Любые ограничения в отпуске портят отпуск! Однако ЛЮДМИЛА ГОРБАТЕНКО полетела на Крит именно затем, чтобы протестировать знаменитую диету доктора Дюкана. И ничуть не испортила себе поездку, даже наоборот.



Я не очень понимала, что будет впереди, но трансфер «аэропорт — отель» на мерседесе представительского класса дал понять, что меня ждет ВИП-сервис. В ожиданиях я не обманулась.

ДЕНЬ 1 РОСКОШНАЯ ДИЕТА

Меня доставили прямо в гостиницу. Вода с лимоном, короткая анкета, ключ от номера и два тикета для WI-FI. Приятно. Out of the Blue Capsis Elite Resort — единственный на Крите и четвертый в мире отель с системой питания по доктору Дюкану. Главное отличие: все продукты местного происхождения, а блюда только греческой кухни.

После общения с доктором Элизабет выяснилось, что мой вес — 66 килограммов, метаболизм плюс четыре года к возрасту, у меня недостаток воды в организме и 22 кило жира. Обещание специальной программы доктора Дюкана — минус 2 килограмма за неделю при правильной диете: мясо-мясо-мясо или рыба-рыба-рыба. Это если коротко.

Если не очень коротко, то диета направлена на снижение веса до нормы и на поддержание этого веса в течение всей жизни, без колебаний и срывов, изнурительных голодовок и соблазнов. Даже не верилось. Пугало только одно: фазовость диеты и ее длительность.

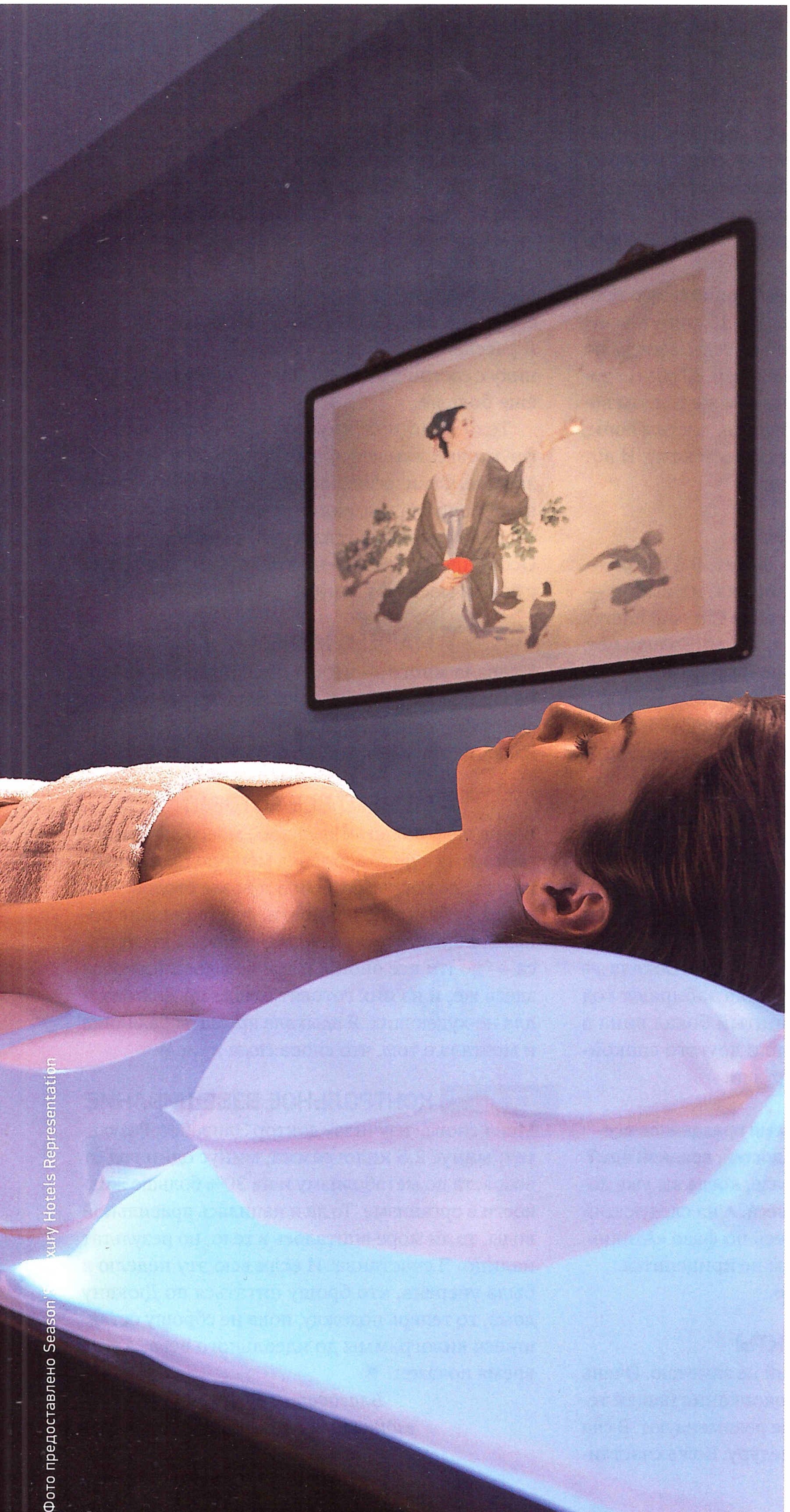


Фото предоставлено Season's Luxury Hotels Representation

ФАЗА 1: АТАКА. Два-пять дней на протеиновой (белковой) диете без каких-либо жиров и углеводов. Организм мобилизуется и сжигает жировые отложения.

ФАЗА 2: КРУИЗ. Несколько месяцев чередования: день — белок, день — белок + овощи. Все без фруктов и сахара. И так до тех пор, пока не увидишь желаемую отметку на весах.

ФАЗА 3: ЗАКРЕПЛЕНИЕ, ИЛИ КОНСОЛИДАЦИЯ. В рацион добавляются новые продукты. Длительность фазы пропорциональна сброшенному весу: по неделе за каждый килограмм.

ФАЗА 4: РАЗРЕШАЕТСЯ ВСЕ! Даже торты. Но после тортов — один день диеты первой фазы. И так всю жизнь.

Общее правило — есть отруби и пить очень много воды с низким содержанием солей, чтобы она вымывала все ненужное из организма.

Не могу сказать, что я была в восторге от идеи мяса-мяса-мяса, но решила попробовать.

А вот обычное меню по Дюкану для примера.

Закуски:
рулет из лосося/ печень с луком/ кальмары с луком/ креветки на гриле и брокколи на пару.

Основное блюдо:
морской окунь на гриле/ овощи, фаршированные мясом (для второй фазы)/ рулет из свинины/ телячий бургер с тофу и мятой.

Десерт:
клубничное желе/ апельсиновый или имбирный йогурт.

Доктор Дюкан рекомендует ходить хотя бы по 20 минут в день. «Длительные физические нагрузки истощают организм, и он требует быстрой энергии. Поэтому есть риск схватить первую попавшуюся шоколадку — и все это пойдет в жировой запас. А вот если понемногу — будет польза».

Обед в первый день показался просто великолепным: свежие морепродукты только что с гриля — ничего вкуснее и быть не может!

Ужин тоже привел в восторг. Правда, тем, кто придерживается диеты Дюкана, нельзя вино. Или можно?

Спать ложилась довольная и сытая, словно и не на диете.







Почти все овощи и травы выращиваются здесь же, и из них готовят блюда по Дюкану

ДЕНЬ 2 СПА

Завтрак белковый: блины из отрубей, творог, ветчина, омлет. К шведскому столу меня не подпустили — там было слишком много соблазнов, на которые, однако, пока не тянуло. Доктор Элизабет пристально следила за соблюдением режима питания.

К 9 утра я отправилась на специальную процедуру для худеющих женщин. 15 минут в сауне, потом лимфодренажный массаж маслом на теплом водяном матрасе, а затем 20 минут талассотерапии на все тело на том же теплом водяном матрасе: выводим токсины, чистим поры, выгоняем жидкость и подтягиваем кожу. И вот ты опять новая золотая монета.

ДЕНЬ 3 НЕМНОГО ВИНА…

Белковый завтрак. Опять омлет. В 11 утра — принудительная аква-аэробика, на выбор — пилатес или йога. Но в бассейне Chrystal Energy Hotel заниматься как-то приятней. Голода нет, но уже начинаю скучать по фруктам и очень соблазняет вино под звездным небом Крита.

А главное, я пообщалась с Дюканом. И практически влюбилась в него: шарм, энергия, жизнерадостность и полнейшая уверенность в том, что его диета сработает для всех.

Доктор Дюкан, а что делать с вином? Неужели уж совсем нельзя?

Можно. Но правильно. На первом этапе диеты можно один бокал в день. Такое количество продлевает нашу жизнь на год. Два бокала — никакого эффекта. Три бокала забирают год жизни. Но: за каждый выпитый бокал вина в день — 20 минут ходьбы или другого спокойного вида физической нагрузки.

А можно ли наедаться во время праздников всего, чего хочется: тортов, сладостей, вредной еды?

Можно, но на четвертой фазе, когда вы уже достигли своего идеального веса. А на следующий день обязательно питайтесь по фазе «Атаки», и тогда ничто лишнее к вам не прицепится.

Как по мне, жить можно.

ДЕНЬ 4 ВОРУЕМ ФРУКТЫ

По одежде я пока изменений не замечаю. Очень хочется взвеситься, но до окончания нашей тестовой недели это делать не рекомендуют. В спа прошла ту же талассопроцедуру. Кожа счастлива, тело тоже.

На обед нам подали блюда по фазе 2 с тушеными овощами, на ужин — овощи на гриле. Сегодня просто обилие рыбы и креветок. Главное в диете Дюкана — не чувствовать себя обделенным или голодным.

Доктор Дюкан уехал на презентацию в Афины, и я осталась без присмотра. Вино! Мы с соратниками по диете решили расслабиться. Я расслабилась больше всех — стащила клубнику с соседнего стола. Одну. Завтра поплаваю еще больше.

Тело явно подтянулось. Легкости, как на фруктовых или кефирных диетах, нет, но голода тоже. Физические нагрузки и талассотерапия в спа Euphoria (название говорит само за себя) творят чудеса: живот плоский, кожа подтянутая. Особенно после ужина креветками на гриле с белым местным вином.

ДЕНЬ 5 МАРШ В МОРЕ!

Плавала много — чтобы нивелировать вечернее вино под мясо. Сегодня день без овощей, на фазе «Круиз» они через день.
Взвешиваться пока нельзя.

ДЕНЬ 6 ИЗ ЧЕГО ВСЕ ГОТОВЯТ

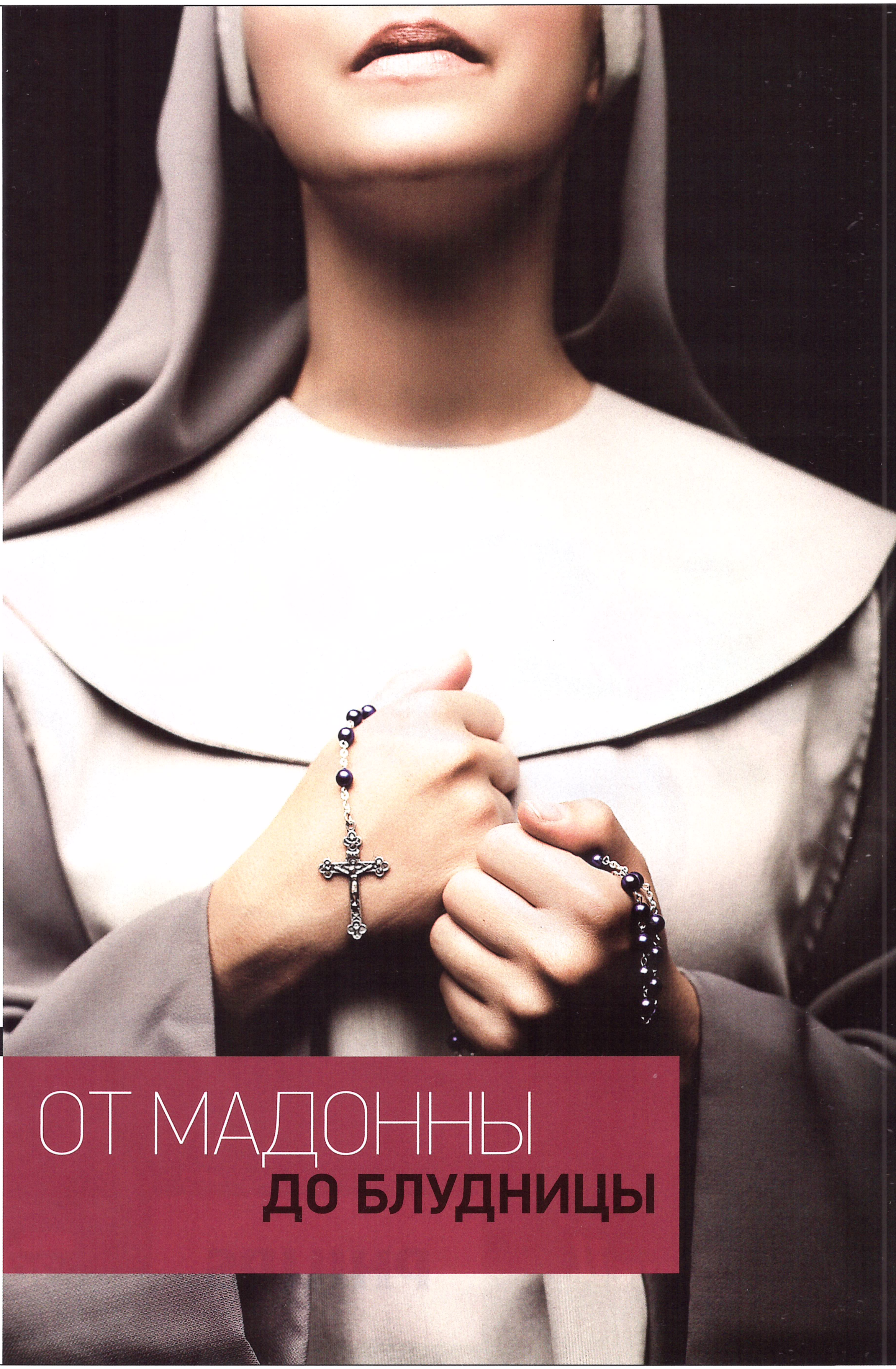
Вчера шеф-повар «Шафрана», моего любимого ресторана курорта, провел меня по цветочным кадушкам вокруг бассейна и возле столов. Везде мята, базилик, пряности. А сегодня мне показали органические сады и огороды комплекса — почти все овощи и травы выращиваются здесь же, и из них готовят блюда по Дюкану и для не-худеющих. Я вдыхала ароматы базилика и мечтала о том, что снова сюда приеду.

ДЕНЬ 7 КОНТРОЛЬНОЕ ВЗВЕШИВАНИЕ

Меня снова «изучила» доктор Элизабет. Результат: минус 2,5 килограмма, минус один год от возраста по метаболизму и на 30% больше жидкости в организме. То ли я напилась правильной воды, то ли море впиталось в тело, но результат налицо. Я счастлива. И если всю эту неделю я была уверена, что брошу питаться по Дюкану дома, то теперь подожду, пока не сброшу оставшиеся килограммы до идеального веса. А там время покажет. ✷

Благодарим за организацию поездки компанию Season'S, представительство отелей класса люкс (www.luxury-hotels.ru).

Фото предоставлены Season'S Luxury Hotels Representation



ОТ МАДОННЫ ДО БЛУДНИЦЫ

«Влюбилась в любовника и перестала получать удовольствие от секса...» Я несколько раз перечитала это признание на одном женском форуме, чтобы понять, о чем речь. Оказывается, стереотип «с любимым всегда приятнее» работает не всегда. Причем сбои случаются на любом этапе отношений.

АВТОР

Светлана Евсюкова

На пути у высоких чувств

Фраза «У нас был секс» для большинства почему-то равнозначна заявлению «У нас все серьезно». Первый раз разделить постель с полюбившимся человеком — это событие, к которому нужно готовиться. И готовимся мы порой так тщательно, что не сразу понимаем: секса-то нам и не хочется вовсе. Или хочется, но не сейчас. Потому что, если разобраться, хотим мы вовсе не его, а «серьезных отношений», которые, в нашем представлении, невозможны без постели. То есть секс ценен не сам по себе, а как повод для начала чего-то большего. И вот, начитавшись пособий для женщин о том, сколько дней, недель и месяцев должно пройти от знакомства до интима, мы игнорируем собственные желания — на что они обижаются и просто уходят. В результате первый сексуальный опыт с новым партнером, как бы сильно он нам не нравился, попадает «в молоко» — никакого трепета, сплошные нервы.

«На этапе преконтакта (начального знакомства с человеком) мы редко прислушиваемся к себе, следуя социальным стереотипам, согласно которым женщина должна быть кроткой и пассивной, а мужчина — агрессивным и настойчивым, — поясняет этот механизм *Галина Елизарова, гештальт-терапевт, сексолог.* — А сексуальное возбуждение — процесс обоюдный, и если женщина отказывается его испытывать, прячет и вытесняет, то мужчине достается в два раза больше. Она как бы делегирует ему право возбуждаться и идти на поводу у своих желаний. Тогда он превращается в агрессивное животное — и это еще больше нас отталкивает». Парадокс ситуации в том, что мужчина может действительно нам нравиться, но мы не позволяем себе его хотеть, чтобы он, не дай бог, не заметил этого и не воспользовался. Желание блокируется страхом потерять себя.

В общем, мы сами себя запутываем, делая простое человеческое удовольствие предметом торга и манипуляции. Что делать? Прислушиваться к себе и доверять своим ощущениям и инстинктам — они мудрее, чем принято считать. «У каждого из нас — свой психологический темп, свое ощущение времени, поэтому нельзя полагаться на стереотипы относительно того, "рано" или "поздно" должен быть секс, — считает Галина Елизарова. — Если быть в отношениях самим собой, позволять своему желанию проявляться в поведении, привносить элементы сексуальной игры в общение и флирт — не ради манипуляции, а для удовольствия — интимный контакт будет естественным этапом развития отношений». Это то самое волшебное ощущение, когда все получается само собой и не провоцирует тяжелых раздумий на тему уместности или неуместности секса в стиле «А поутру они проснулись». А чтобы первый раз не преподнес слишком много сюрпризов, специалисты рекомендуют приближаться к нему постепенно, посредством прикосновений, ласк и поцелуев, становящихся все более смелыми. Именно так поступают подростки, знакомясь со своим телом и входя в мир секса, — и их инстинктивное чутье может быть полезно для нас, продуманных взрослых.

Рыцарь для мадонны

Часто на первом этапе развития отношений, а порой и после того как он пройден, мы начинаем идеализировать партнера — а идеализация не сочетается с «грязными» желаниями. Реальный случай: мужчина потерял интерес к женщине, за которой ухаживал, потому что она была балериной, существом хрупким и неземным в его восприятии, и позволила себе во время близости фразу «Я хочу, чтобы ты меня трахнул!» Партнер тут же впал в состояние паники: в его понимании неземным существам не свойственны подобные слова и желания.

Такой «спецэффект» чаще характерен для мужчин. В психологии и сексологии это явление известно под кодовым названием «мадонна и блудница»: когда для мужчины все женщины делятся на две категории — те, с которыми спят, и те, в которых влюбляются. Как следствие, не выходит ни полюбить блудницу, ни заняться полноценным сексом с мадонной. Причем это может проявляться на физиологическом уровне — у мужчины случается эректильная дисфункция. Для женщин есть кодовое наименование аналогичного комплекса: «рыцарь и развратник» — когда мы хотим видеть в партнере либо благородного защитника, либо грубое

Мужчина **выбирает** спутницу «по образу и подобию» матери — а с мамой заниматься сексом не положено

Фото Getty Images/Fotobank.ua



Часто сексуальное влечение ослабевает и даже пропадает у пар, которые давно вместе

Казалось бы, живут душа в душу, а «дружба организмами», по выражению Георгия Селюкова, превратилась в скучный супружеский долг. Здесь, как считает сексолог, имеет место подмена понятий: «Любовь как совокупность биохимических процессов — явление недолгое: как только сходит на нет гормональная волна, подпитывающая чувства на начальном этапе близости, в действие вступают другие физиологические механизмы. Организм вырабатывает уже другие вещества, создающие ощущение спокойствия, уюта, надежности. Строго говоря, это уже не любовь, а нечто иное, и отношения в паре, в том числе сексуальные, должны выстраиваться заново и на другой основе. Любви до гроба не бывает, но найти способ не потерять интерес к постоянному партнеру, с которым хотим создать семью, вполне возможно, — для каждой пары такое решение будет индивидуальным».

ненасытное животное, и два этих персонажа никак не встречаются в одном. Но в целом слабый пол к такому склонен редко — у нас более практичный подход к выбору партнера и более приземленное представление о мужчинах.

Откуда это берется? Во многом из-за того, что мужчина выбирает спутницу «по образу и подобию» матери — а с мамой заниматься сексом не положено. Интересно, что такая проблема массово проявляется в католическом мире с его культом Мадонны: мужчина, получивший строгое религиозное воспитание, часто не может построить гармоничные отношения с одной женщиной, потому что она воплощает в его глазах либо чистоту и непорочность, либо грязь и бесстыдство. Чем больше ваш избранник привязан к матери, тем выше вероятность, что вы попадете в одну из упомянутых категорий, и тогда получите либо платонически обожающего вас рыцаря, либо любовника без перспектив серьезных отношений. Но дело может быть не только в этом — тут нужно разбираться специ-

Фото MONDADORI GRAZIA/East News

алистам. «Причин такого раздвоения множество: и воспитание мальчика, и поведение родителей, и его первый сексуальный опыт — в общем, у каждого индивидуально, — поясняет *Георгий Селюков, сексолог, кандидат медицинских наук.* — Но результат схожий: мужчина любит свою избранницу возвышенной, порой жертвенной любовью, которая в его понимании не допускает проявлений сексуальности. Правда, комплекс мадонны и блудницы так много и подробно описан в популярной литературе и прессе, что некоторые мужчины используют его как прикрытие. Например, муж, что называется, "обрабатывает три-четыре грядки" и при этом рассказывает жене о своих возвышенных чувствах к ней, которые якобы не допускают никакой грязи, — чтобы скрыть от нее, да и от себя самого, что причина подобного поведения вовсе не в них и никакого комплекса у него нет».

Тварь дрожащая

Вторая сторона идеализации любимого партнера — неуверенность в себе: мы кажемся себе недостойными его и, как следствие, тратим силы не на то, чтобы получать удовольствие от общения с ним, а на стремление соответствовать. Мужчина совершает подвиги во имя любви на поприще работы и пытается впечатлить избранницу деньгами и статусом, а женщина изо всех сил старается хорошо выглядеть, не задумываясь о том, что рано или поздно возлюбленный увидит ее без косметики и утягивающего белья. «Сверхценность привлекательного для нас человека понижает сексуальное влечение к нему, — утверждает Галина Елизарова. — Акцент в отношениях для нас смещается на то, "что он обо мне подумает". Мы тратим много времени и сил на то, чтобы хорошо выглядеть и изображать из себя то, чем не являемся, — и на поддержание этого образа уходит энергия, в том числе сексуальная».

Кстати, вот и объяснение того, почему лучшим любовником для нас зачастую оказывается человек, в которого мы не влюблены. Парадокс: чем менее ценен для нас партнер, тем более мы позволяем себе быть с ним самими собой, просто расслабляемся и получаем удовольствие. Нам все равно, что он о нас подумает, ведь это, по сути, чужой человек. А сексуальное влечение — это чистая биохимия, которой мы можем дать волю в таких отношениях, они ведь несерьезные.

Заниматься сексом, думая о том, каким профилем повернуться к партнеру или как спрятать от него заметный при таком освещении целлюлит, — это смерть не только оргазму, но и любому удовольствию в принципе. Любовь — материя требовательная, и присутствие близкого человека рядом ко многому обязывает. Или все-таки нет? Может быть, попробовать в кои-то веки ловить кайф от общения и смеяться, не думая о мимических морщинках? Поверьте, если вас любят, то любят со всеми морщинками.✷





ПОРА С ПАРОМ

Компактные ручные отпариватели для одежды Philips Steam&Go GC320/25 и GC310/25 не требуют гладильной доски, поэтому удобны в использовании дома и идеально подходят для путешествий. Просто нажимаем кнопку и быстро разглаживаем вещи сложного кроя даже из самых деликатных материалов (шелк, кашемир) без риска повредить ткань.

ЧЕТВЕРТОЕ ИЗМЕРЕНИЕ

Холодильники Whirpool из дизайнерской линейки Absolute похожи на дамскую сумочку — изнутри они больше, чем снаружи. Так, модель WBA4398 NFC IX AQUA при ширине 70 см имеет 414 л полезного объема. Продукты в этих холодильниках долго сохраняют свежесть, «родной» аромат и идеальный внешний вид.



ДЕЛО ТЕХНИКИ

Благодаря режиму «томление» еда в мультиварке Zelmer EK 1300 получается как в деревенской печи — вкусной и здоровой. Остальные 14 программ помогут приготовить любое блюдо и сохранить его теплым до 12 часов, не позволив пригореть.



ВСТРЕТИМСЯ В ОФФЛАЙНЕ

Согласно исследованию компании GfK Ukraine, проведенному для «Крафт Фудз Украина», треть украинцев общается с друзьями через соцсети чаще, чем вживую. Чтобы это изменить, Jacobs запустил проект «За живе спілкування», в рамках которого будет сооружено 100 мест для теплого общения. Первая ласточка проекта — «Лави-горнятка» в сквере на ул. Прорезной в Киеве.

ЧАЙ, НЕ САХАР!

Сбросить пару лишних кило можно, просто перестав добавлять к каждому чаепитию что-нибудь вкусненькое и калорийное. А чтобы хорошее настроение вас не покинуло, пейте чай со вкусом любимых лакомств: черный «Черничный кекс» и зеленый «Клубничное пирожное» от Lipton.



Автор Светлана Евсюкова. Фото Shutterstock; предоставлены компаниями «Philips Украина», Zelmer, Whirpool, Unilever, «Крафт Фудз»


НАШЕ
РАДИО
УГАДАЙ ЗВУК!
ПОЛУЧИ ДЕНЬГИ!
подробности на nashe.ua
НАШЕ РАДІО. ВГАДАЙ ЗВУК. ОТРИМАЙ ГРОШІ. ПОДРОБИЦІ НА NASHE.UA. АКЦІЯ ДІЄ З 13.05 ПО 26.07.2013 РОКУ НА ВСІЙ ТЕРИТОРІЇ УКРАЇНИ.



Фото Getty Images/Fotobank.ua



СЕМЬ ФУТОВ **ПОД ПОЛОМ**

Если глобальное потепление все-таки вступит в свои права, то жители домов на воде этого не заметят. Они просто снимутся с якоря и поплывут в неведомые дали. Сочетание несочетаемого — духа авантюризма с домашним уютом — именно то, за что мы полюбили это сказочное жилье.

АВТОР *Светлана Евсюкова*

Лет 20 назад мы узнали, что у Пьера Ришара есть дом на Сене — нет, не особняк с видом на набережную, а скромная баржа, переоборудованная под жилье. Оказалось, что он вселился туда в середине 1980-х, чтобы укрыться от толп поклонников. В плавучий дом поместилось все, что нужно для жизни психу-одиночке: любимые книги, пианино и штанга.

Ришар застал еще то время в истории плавучих домов — хаусботов, когда в них селились те, кто не мог себе позволить жилье на суше, либо те, для кого это было нонконформистским жестом. Сейчас от этого представления остался разве что романтический флер: хозяин такого домика воспринимается как пират, морской (или речной) бродяга, неформал в душе. Интересно, что, по словам *Антона Тетевина, директора киевской*





строительной компании Floating House, заказывают такие домики в подавляющем большинстве мужчины: «Женщины не так понимают жизнь на воде, как мы, и порой вообще не могут осознать, как это — дом умеет плавать. У наших заказчиков даже доходило до семейных скандалов: то дамы боятся утонуть, то переживают, что их будет укачивать. Правда, стоит им показать почти готовый дом, все сомнения сразу исчезают, остается только желание как можно скорее дождаться новоселья».

Чтобы утонуть в современном хаусботе, нужно еще постараться — особенно если его изначально строят как жилье, а не переоборудуют из плавсредства. Главное внимание уделяется «фундаменту» — понтону, который удерживает на себе конструкцию дома. Именно поэтому плавучий дом не начинают сооружать, пока на руках нет его плана и расчетов веса, исходя из материалов, расстановки мебели и прочего содержимого жилья. Когда проект утвержден, в дом нельзя будет даже лишний стул поставить. Чем тяжелее сооружение, тем больше осадка (да, о хаусботе приходится говорить в терминах судостроения), то есть борта понтона должны быть выше.

В основе плавучего дома обычно легкая металлическая конструкция — каркас, который обшивается досками, обкладывается утеплителем и другими материалами по желанию заказчика. Основное требование к ним — нетоксичность. «Материалы для строительства и отделки должны использоваться влагостойкие и обязательно экологически чистые, иначе теряется смысл того, чтобы жить в непосредственной близости с природой, — уверен Антон Тетевин. — В понтон также встраиваются баки для сточных вод с системой биоочистки».

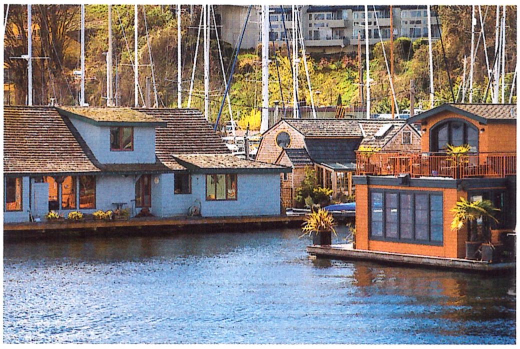
Те же принципы: легкость, чистота, экологичность — используются и в интерьере таких домов. Про тяжелые мозаику и плитку придется забыть — если уж они вам так нравятся, используйте их только в ванной. Самый подходящий цвет отделки — белый, стиль — скандинавский минимализм, материал для мебели — ивовые прутья или ротанг. В таком доме много воздуха и света (например, часть потолка часто делают стеклянной). Это просто необходимо, для того чтобы водные блики играли на потолке и стенах, создавая настроение покоя и самосозерцания. Ведь именно ради него мы перебираемся жить в дома на воде — кто-то на лето, а кто-то и насовсем. ✷

Водные блики играют на потолке и стенах, создавая настроение покоя и самосозерцания









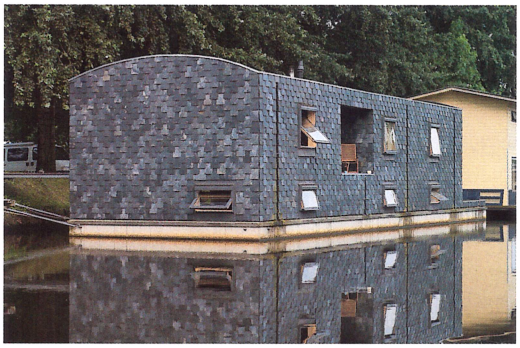
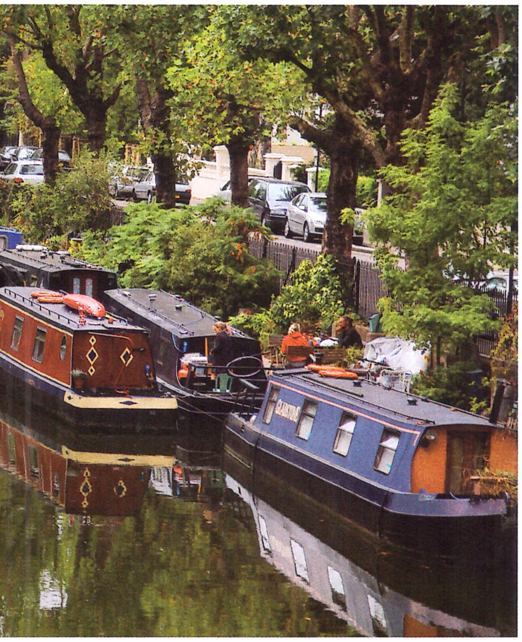


Фото Living4media/Fotodom.ua (2), Shutterstock (4), slazebni/Flickr.com



Факты о хаусботах

- По украинским законам дом на воде считается плавсредством, а не объектом недвижимости. В нем можно жить, но нельзя зарегистрироваться, а также присвоить ему почтовый адрес.
- Строительство плавучего дома обходится почти в два-три раза дешевле, чем наземного — из-за стоимости материалов.
- В США (Сиэтл) первый хаусбот появился в 1905 году, а в России (Москва) — в 2006-м. Впрочем, в СССР подобные домики, с минимумом удобств или вовсе без них, и ранее использовались для отдыха рыбаков.
- В Амстердаме жилье на воде сейчас является самым дорогим — из-за высокой стоимости содержания причалов.
- В коммуне хаусботов Гамбурга имеется собственная плавучая церковь.
- В штате Аляска действует единственное в мире плавучее почтовое отделение.



СТЕКЛЯННЫЙ ПОТОЛОК

Ударопрочное и при этом очень тонкое стекло Gorilla Glass стоит на многих смартфонах и планшетах. В 2006 году его установили на первый серийный iPhone. А теперь изготовители стекла, компания Corning, заявила, что их продукция будет использоваться в автопроизводстве. Это позволит снизить вес автомобилей, улучшить шумоизоляцию и повысить безопасность пассажиров. Правда, пока только в эксклюзивных моделях (название бренда держится в секрете). Но ведь и айфоны когда-то были редким гаджетом, а теперь есть у каждого второго тинейджера.

ГРУЗИТЕ ДЕНЬГИ ЧЕМОДАНАМИ

С 1 сентября начнет действовать ограничение НБУ Украины на объем наличных операций: суммы больше 150 тыс. грн — только по безналичному расчету. Так что если вы собираетесь приобрести хэтчбэк, то Toyota Auris New в самой элементарной комплектации еще можно купить за наличку, а Ford B-max (микровэн на платформе хэтчбека Fiesta) — уже нет. Впрочем, тащить в автосалон чемодан с деньгами в любом случае как-то неэлегантно и старомодно.



СВОБОДУ ПЕРЕДВИЖЕНИЮ!

Особенность обновленного Volvo C30 Electric — инновационное устройство быстрой зарядки, работающее от трехфазного тока. Этот принцип использован в автомобилях впервые. Новая «зарядка» меньше прежних, размещается в машине, полностью заряжает батарею за полтора часа — как обычный пальчиковый аккумулятор (раньше на это требовалось 8–10 часов). На одном заряде батареи можно проехать 164 км. Это несколько дней по городу или прогулка на выходные.



ИСПАНСКИЙ ЛЕВ

Новый Seat Leon, мировая премьера которого состоялась в 2012-м в Париже, добрался до Украины. Дизайн пятидверного хэтчбека по-спортивному решительный и динамичный. Система SEAT Drive Mode позволяет выбирать режим управления: экономичный, стандартный, спортивный. При этом меняется не только алгоритм работы двигателя и электромеханического усилителя руля, но даже освещение в салоне (красное — спорт, белое — остальные режимы). Кстати, все освещение в машине светодиодное.



МАССОВОЕ ОЗЕЛЕНЕНИЕ

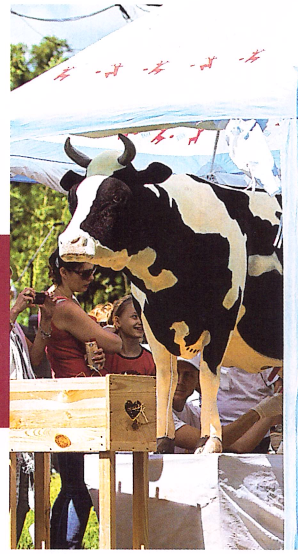
Милицейские авто — часть имиджа стражей порядка. С начала лета и до конца октября МВД Украины получит 1220 гибридных авто Toyota Prius. «Зеленым» автопарком милицию снабжают в рамках экологической автореформы. По этой же программе государство планирует выплачивать по 10 тыс. грн всем владельцам старых авто, желающим поменять их на новые украинского производства («Сенс», «Ланос», «Форца»).



Автор Ольга Переверзева. Фото Shutterstock (3); предоставлены компаниями «Порше Украина», «Виннер Автомотив»

ЯГОДНЫЙ ПИР

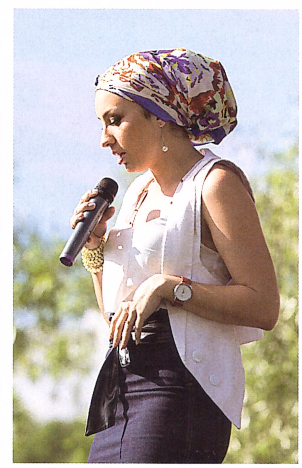
«Наш домашний журнал» и женский портал Sunny7.ua придумали, как встретить лето, — «Праздником первой клубники». Было весело, сочно, вкусно, радостно, легко, задорно и по-домашнему уютно.





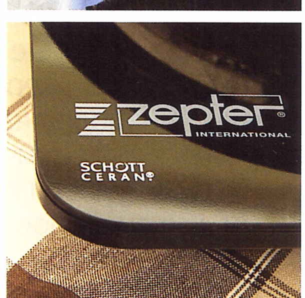






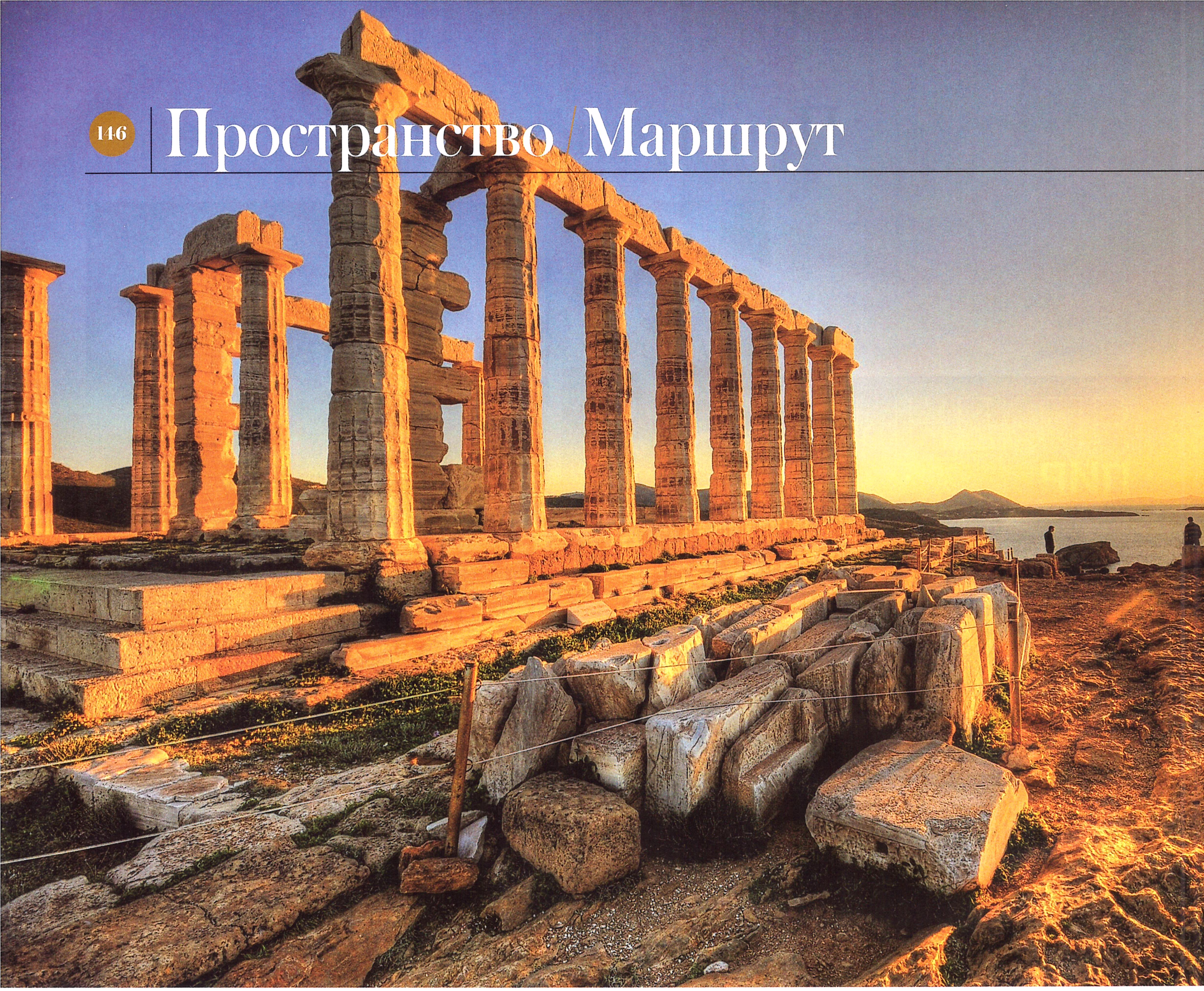








Автор Татьяна Петкова. Фото «Школа фото Тараса Маляревича»



ТРИ РАДУГИ И ОДИН ЗАКАТ

У Греции, несомненно, все атрибуты классного курорта: чистое море, живописные пейзажи, высококачественные отели с изобильными шведскими столами. Только вот морем, сервисом и пейзажами могут похвастать многие страны. А неподражаемым амбьянсом из смеси дзена, веселого пофигизма и вдумчивого гедонизма отличается только Греция. Оттуда туристы такими и возвращаются — расслабленными и жизнерадостными.

АВТОР *Татьяна Петкова*



Фото Getty Images/Fotobank.ua

На мыс Сунион стягиваются романтики из разных уголков мира любоваться закатом

НЕТ СЛОВА «НЕТ!»

До поездки в Грецию пребываешь в иллюзии, что ты с ней хорошо знаком. Уже столько прочитано в «Мифах Древней Греции», столько выучено на уроках истории и столько увидено в ТВ-новостях, что в голове складывается картинка, с которой и прилетаешь в Грецию. Не то чтобы картинка не соответствовала действительности — в конце концов, Акрополь такой же величественный, как в школьных учебниках, пляжи столь же прекрасны, как в рекламных буклетах, а экономические трудности никуда не делись.

Но не это главное. Главное — в Греции все гораздо легче, проще и, что ли, праздничней, чем можно себе представить. Греки радуются жизни не меньше, а то и больше, чем до кризиса. Футболки с надписью No job, no money, no problems! идут нарасхват и у местных, и у туристов. Сегодня минимальная зарплата в Греции — €500, это откат к заработкам 90-х, и на фоне нынешних цен это смешные деньги. Девушка-гид, которая сопровождает нас в прогулке по Афинам, объясняет: «Греки не любят экономить на удовольствиях. Последнее, в чем мы себе откажем, — это в радости жизни. Думаю, такой момент не наступит никогда, потому что море и солнце у нас бесплатно, а это такая радость, согласитесь. Мы найдем, на чем сэкономить, но будем, как и раньше, несколько раз в неделю ходить в рестораны и каждый день — в кофейни. Это святое, и никакой кризис нам в этом не указ».

Это правда. Весь день ресторанчики заполнены местными. Неторопливо едят, неторопливо пьют кофе: если турист проглатывает эспрессо за пять минут и несется дальше, то грек будет смаковать чашку кофе минимум час, предаваясь размышлениям или бездумному созерцанию. В ресторанах официант никогда не спросит: «Вы закончили? Можно убирать?», только «Что вам еще принести?»

Если в Киеве надоевшее словосочетание «установка на позитив» уже вызывает нервную тошноту, то в Греции оно воспринимается одной из ключевых характеристик здешнего жизненного уклада. Это страна без слова «нет». В отелях его вообще нигде не услышишь: когда обучают персонал, слово «нет» выбрасывают из лексикона. Гость должен слышать только «да», которое на греческом звучит как «нэ»! Поначалу, слыша разговоры на греческом, думаешь, что они от чего-то все время отказываются — «нэ-нэ-нэ», а потом выясняется, что наоборот, только «да» и никак иначе! А «нет» по-гречески — «охи», но его практически не слышно.

ТЕСЕЙ БЫЛ БЫ РАД

Природа в Греции тоже дружелюбна и оптимистично настроена — сплошное «нэ-нэ-нэ», хоть бери и привози сюда психотерапевтические группы. Впрочем, индивидуальный метод приведения себя в состояние гармонии не менее результативен.

Едем по горному серпантину, и почти всю дорогу нас сопровождает радуга: то краешком выглядывает из-за поворота, то сияет над морем великолепной дугой, то подсвечивает облако разноцветными бликами. Три радуги показала мне за неделю Греция — и, говорят, радужное настроение тут не редкость, только успевай загадывать желания.

Чтоб уж мечта сбылась наверняка, надо съездить на легендарный мыс Сунион. Он находится на крайней точке полуострова Аттика, это часа полтора езды от Афин по побережью Саронического залива. То, что там происходит, — чистый жанр флэшмоба под названием «Я и закат». Когда мне сказали, что в этом месте можно наблюдать один из самых красивых в мире закатов, подумала: ну а разве закат может быть некрасивым? Описывать сам закат на Сунионе не берусь — вы можете себе представить его описание? Как описание оргазма, честное слово. А вот сам процесс… Приблизительно за час до того как солнце начинает садиться, на мыс стягиваются романтики из разных уголков мира. Сначала осматривают развалины храма Посейдона, затем рассаживаются на теплых камнях лицом к солнцу — и начинается личный сеанс медитации, катарсиса, молитвы, загадывания желаний, объяснений в любви и прочих знаковых переживаний. Причем каждый общается с собой, природой, Вселенной в тишине, шуметь во время заката здесь моветон. Мыс сильно выдается в море, и если сесть ближе к краю, кажется, будто ты на корме исполинского корабля.

Биоэнергетики говорят, что мыс Сунион — некий портал в информационное поле Земли, поэтому все, что здесь задумывается и заказывается, жизнь исполняет. Как не поверить? Ведь это то самое место, которое нам очень хорошо знакомо по мифам. На мысе царь Эгей встречал корабль сына Тесея, сразившегося с Минотавром. Помните роковую смену парусов? Буря порвала белые паруса, и Тесей, победивший Минотавра, был вынужден поднять черные. А Эгей, увидев знак гибели сына, бросился с горя в пучину. Красивый миф, красивый мыс. И мудрая история: не всегда стоит торопиться с выводами, основанными на первом впечатлении. Тесей был бы рад, узнав, что мыс сегодня прославился не хуже лабиринта Минотавра.



Улочка Афин

Греция удивительна тем, что чудеса природы можно наблюдать не только в легендарных местах. Вот, пожалуйста, выхожу я на террасу своего бунгало в отеле Grand Resort Lagonissi — и вижу штормящее море. Ветер, волны, брызги — погода для пляжника-экстремала. Для тех, кто любит погорячее, точнее поострее, — идеальные условия. Но не для меня. Беру пляжную сумку, пересекаю тропинку — и у бунгало напротив с удовольствием наблюдаю тишь да гладь. Море не шелохнется, ветра нет в помине, полный штиль, спокойствие. На полуострове Лагонисси такое бывает часто, поэтому сюда приезжают и поклонники водного спорта, и любители поваляться на пляже в режиме «Абсолютная безмятежность».

КТО КУДА, А Я В БУЗУКИ

Одна из «опций» Grand Resort Lagonissi — организация свадеб. Я напросилась на одну и в очередной раз убедилась, что к кризису в Греции относятся как к сбрендившему родственнику: неприятно, но куда его девать, лучше стараться не замечать. Столы, понятно, ломились, однако я не увидела ни салатов с майонезом, ни горячего вроде мяса с картошкой, ни громоздких тортов с тоннами крема. Свадьба, как и все в Греции, проходила налегке, но изысканно: молекулярная кухня, тартинки-сардинки, морепродукты, фрукты, сухое игристое. А как же танцевать на полный желудок?

В Греции танцуют все, и для плясок особого повода вроде свадьбы не требуется. *Наталья Якименко, наша бывшая соотечественница, гречанка по происхождению*, десять лет назад приехавшая в Грецию на ПМЖ, рассказывает: «Любая дискотека, любые танцы здесь обязательно заканчиваются национальными мелодиями. И все танцуют греческие танцы. А по выходным мы ходим в бузуки — это такой танцевальный клуб, где поют известные греческие артисты. Здесь много певцов бузуки, они очень популярны. В стоимость столика входит бутылка виски или вина — по желанию. Мы часто с компанией ходим в бузуки снять напряжение после рабочей недели и как следует повеселиться».

Певцы бузуки красуются в Греции на придорожных бигбордах, совсем как у нас политики. Только от певцов определенно больше радости и толку — как в Греции, так и у нас. ✷

Фото Shutterstock, предоставлены сетью отелей Helios (2)



Бельведер сьют в отеле Grand Resort Lagonissi

ОТЕЛИ с шармом

Качественным сервисом и технологическими изысками в отелях многих уже не удивить. Мы ищем то, что называется «больше, чем отель» — атмосферу, особый шарм, неповторимые ощущения. И находим!

Отель **Grand Resort Lagonissi** замечателен своими бунгало: вы живете на отдельной вилле с собственным выходом к морю, бассейном, пляжем и садиком. Тишина, покой, медитация. И семь ресторанов с мировой кухней — на одной духовной пище долго не продержишься.

Nafplia Palace в чудном городе Нафплион не похож ни на один отель в мире. Он находится высоко над морем, пристроен к крепости Паламиди, охраняемой ЮНЕСКО. Волшебная параллельная реальность.



Яхтинг вилла в отеле Elounda Beach

Elounda Beach — самый взрослый отель Крита: ему 42 года. Тут тоже можно жить в бунгало у самой кромки моря, а можно — в фешенебельном корпусе. Бунгало оформлены в разных стилях: есть «королевские» номера, а есть стилизованные под каюты яхт.

Во всех отелях есть номера с тренажерными залами, сауной, хаммамом и балетным станком. Просто танцевать от восторга хочется.

Благодарим за организацию поездки сеть отелей Helios Hotels & Resorts (www.helioshotels.gr), греческие авиалинии Aegean Airlines, которые открыли новый прямой рейс из Жулян на Афины (http://ru.aegeanair.com) и туркомпанию «Киевский Спутник» (www.sputnik.kiev.ua).

Дзадзики, сувлаки, папуцаки
и другие греческие вкусности

Что и говорить, Греция — страна высокой культуры. В том числе гастрономической. В отличие от многого «высокого», на которое приятно смотреть, но неудобно использовать, греческая еда столь же восхитительно вкусна и проста в приготовлении, сколь и эстетически прекрасна.

АВТОР *Татьяна Петкова*

Мой греческий путь таков: Афины, Лагониссi, Пелопоннес и Крит. Вы будете ехать своими маршрутами со своими остановками, однако где бы вы ни устроили привал, в шаговой доступности обязательно отыщется псаротаверна — рыбная таверна. Кафенио, мэтр одного из ресторанов отеля Elounda Beach, с загадочным видом поставил на стол два блюда и ужасно удивился, когда я обрадовалась закускам как родным. На одном блюде высилась горка мелкой, как мальки, рыбки, прожаренной «в хворост». Ее надо есть целиком — в моем одесском детстве такую рыбку называли «семечки» («семАчки», — говорили мы). Вторую закуску моя бабушка готовила из взбитой сырой икры кефали с добавлением мелко нарезанного лука. Когда я рассказала это Кафенио, пожилой грек чуть не прослезился — и убежал за третьим блюдом. На нем красовались огромные ломти щупалец осьминога на гриле. Тут я признала победу псаротаверны: в Украине такого деликатеса ни в детстве, ни во взрослой жизни я не пробовала.

Прежде чем перейти к рецептам, которые я, давя на эмоции, таки выклянчила у топовых греческих поваров, скажу важную вещь. Греки не обращают никакого внимания на два показателя: возраст и калории. 50-летний мужчина может дружить с 22-летним парнем, а 30-летний — с 60-летней женщиной, им наплевать на паспортный возраст. Они и в ресторанах сидят такими вот разновозрастными компаниями. И явно получают удовольствие от общения. К черту цифры! Ничто не мешает им наслаждаться ни дружбой, ни едой. Поэтому и отношения, и трапезы здесь длительные и легкие, без ощущения тяжести.

Сувлаки — это наши шашлыки, так что рецепт давать не буду, с ними все ясно. ***Папуцаки*** — баклажаны, которые разрезают пополам, поджаривают на оливковом масле, оставляют подсохнуть, затем наполняют жареным со специями фаршем и заливают соусом бешамель. Мелкую рыбку вы знаете, как пожарить.

Фото Andre Baranowski/the food passionates/Corbis/FotoChannels



А теперь

эксклюзивные рецепты для «ЖЖ», которыми поделились ГЕОРГ ТОМАРОПУЛОС, шеф-повар ресторана Mediterraneo, и МИЛТИАДИС КУРКУВАТИС, шеф-повар ресторана Ouzeri (оба ресторана — на территории отеля Grand Resort Lagonissi).

ТАРАМАС
(закуска из икры рыбы)

Ингредиенты:
20 г свежей или консервированной икры трески | 20 г сушеного лука | сок половинки лимона | 80 мл оливкового масла | 80 г измельченной мякоти белого хлеба | белый перец | укроп | черная оливка для декора

Приготовление:
Размачиваем хлебную мякоть в воде и отжимаем. Размельчаем лук в миксере, добавляем икру и взбиваем до однородного состояния. После постепенно добавляем лимонный сок, масло и перец, продолжая взбивать, пока масса не станет пышной.

Подаем с веточкой укропа, оливковым маслом и оливкой.



САЛАТ ИЗ МОЛОДОГО ШПИНАТА
с хрустящей брынзой, листьями салата «айсберг» и соусом из кунжута



Ингредиенты:
200 г молодого шпината | 100 г листьев салата «айсберг» | 100 г брынзы | 100 г муки | 100 г измельченных сухарей | 2 яйца | подсолнечное масло | кунжут

Приготовление:
Промываем шпинат и салат. Порвав листья руками, помещаем их в глубокую емкость с водой и льдом на 20 минут. Брынзу режем треугольными кусочками, панируем в муке, яйце, сухарях и помещаем в морозилку на 10 минут.

Соус: в сковороду наливаем подсолнечное масло и кладем кунжут. Держим на медленном огне минут пять. После перемешиваем с другими ингредиентами для соуса. Взбиваем в миксере.

Отжимаем листья салата и шпината, выкладываем в глубокую миску, заливаем соусом, перемешиваем.

Обжариваем брынзу в горячем масле три минуты, затем выкладываем ее сверху на салат и обильно посыпаем кунжутом.

ДЗАДЗИКИ

Ингредиенты:
100 г несладкого густого йогурта | 50 мл оливкового масла | 20 мл уксуса | один маленький огурец (свежий, но можно и маринованный, получится другой вкус) | 2 зубчика чеснока | немного мелко нарезанной мяты (по вкусу) | соль

Приготовление:
Очищаем огурец от семечек, натираем на терке, солим (если свежий), оставляем стечь на сите. Размельчаем чеснок.
Выкладываем йогурт в посуду, добавляем отжатый огурец, чеснок, масло, уксус, мяту и перемешиваем.
Дзадзики едят как соус к мясу, овощам, рыбе и как самостоятельное блюдо.



Фото Shutterstock

Благодарим за помощь в подготовке материала менеджмент греческих отелей Grand Resort Lagonissi (www.grandresort.gr) и Elounda Beach Hotel & Villas (www.eloundabeach.gr).



Арриба, карамба и черт побери! Лето в зените, отпуск прямо по курсу, нас ждет богатая добыча в виде впечатлений — а пока отважные офисные пираты расслабляются в любимом баре с бокалом экзотического коктейля.

РАЙСКИЙ ОСТРОВ

Автор Светлана Евсюкова. Фото Figaro/East News

ПИНЬЯ КОЛАДА
БОРЩ ПО-КАРИБСКИ

Рецептов этого коктейля на Карибах столько же, сколько рецептов борща в Украине, но канонический, признанный Международной ассоциацией барменов (IBA), включает в себя одну часть белого рома, одну часть кокосовых сливок (не молока!) и три части ананасового сока. По легенде, нечто подобное в начале XIX века любил попивать пират Роберто Кофреси. Но только «нечто подобное» — технологию приготовления кокосовых сливок на острове Пуэрто-Рико изобрели лишь в 1954 году. Там же бармен отеля Caribe Hilton Рамон Морреро придумал первый рецепт «Пинья колады».

ДЖАНГЛ ДЖУС
В БАНАНОВО-ЛИМОННОМ

Не все кубинцы пьют ром как воду — некоторым нужно его чем-то разбавлять. Так на Острове Свободы придумали «сок джунглей» — первоначально просто смесь рома с фруктовым соком, обычно лимонным. Потом одному бармену пришло в голову добавить к этому миксу ликер Pisang Ambon, сделанный из незрелых бананов, — и «Джангл джус» приобрел характерный зеленый цвет. А если ром заменить джином, то получится так называемый «Джангл джус 3D».

МАЙ ТАЙ
ХОРОШО-ТО КАК!

За право считаться «отцом-основателем» этого коктейля чуть не поубивали друг друга два именитых калифорнийских бармена. Так что мы до сих пор не знаем, когда его впервые смешали — в 1933 или 1944 году. Несомненно только то, что на таитянском языке «май тай» означает «очень хорошо». И если взглянуть на официальный рецепт, становится понятно почему: 40 мл белого рома, 20 мл темного, по 15 мл бесцветного ликера Кюрасао и миндального сиропа «Орджит» и 10 мл свежевыжатого сока лайма. ✷



МОРСКОЙ КОКТЕЙЛЬ

«ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ» задал генеральному директору NEWS Travel Сергею Солнцеву три вопроса о популярных странах для отпуска.



Отдых в Болгарии за последние лет 20 превратился из предела мечтаний в обыденную поездку. Как сейчас обстоят дела с болгарскими отпусками и кому подходит такой отдых?

К Болгарии у меня особое отношение — она стала моей первой зарубежной поездкой 15 лет назад и до сих пор не надоела. Мне нравится там все: культура, кухня, замечательные люди, близкие нам по менталитету. Я бы рекомендовал поездку в Болгарию как эконом-вариант отпуска для всей семьи. Для отдыха с детьми отлично подойдет Солнечный Берег, курорты Елените и Албена. С туроператором NEWS Travel в Болгарию можно как полететь чартерными рейсами в Бургас и Варну из пяти городов Украины, так и поехать — в комфортабельных автобусах, оборудованных кондиционерами. Даже длинная поездка промелькнет незаметно. Особенно если приобрести для всей семьи удобные места во втором-четвертом рядах.

Что делать опытным туристам, которые уже не раз отдыхали в Болгарии и теперь хотят чего-то необычного и столь же «антикризисного»?

Им стоит обратить внимание на Черногорию. NEWS Travel осваивает ее всего пять лет, но те, кто там побывал, влюбляются в эту маленькую страну навсегда. Там необыкновенно красивая природа, чистейшее Адриатическое море, удобные пляжи, спокойные гостеприимные жители. Кроме того, гражданам СНГ для коротких поездок в Черногорию не нужна виза.

Куда в том же эконом-режиме стоит поехать, если хочется не только моря и солнца, но и интеллектуального отдыха?

Конечно, в Грецию. Я бываю в этой прекрасной стране четыре-пять раз в год. Греки сейчас всерьез взялись за развитие туристической сферы и повышение качества услуг — в частности, в наших принимающих туркомпаниях много русскоговорящего персонала. Если вы в Греции первый раз, рекомендую тур «Мини-классика + отдых», включающий неутомительную трехдневную программу, знакомящую с историческим наследием страны, и дальнейший релакс на море. Для расслабляющего пляжного отдыха выбирайте один из многочисленных греческих островов — Крит, Родос, Кос или Санторини, а также полуостров Халкидики.

www.newstravel.com.ua

Автор Светлана Евсюкова. Фото Shutterstock, предоставлено компанией NEWS Travel



ИГРЫ ПАТРИОТОК



БЫТЬ ДЕВУШКОЙ ФУТБОЛЬНОГО ФАНАТА — ВЕСЕЛАЯ РАБОТА

Мужчины покупают бытовую технику вдвое чаще, чем женщины. Но мы-то знаем, кто ее на самом деле выбирает. Indesit тоже это знает, и потому старается завоевать расположение и женщин, и мужчин, особенно если они пара.

Компания, которая уже три года является спонсором футбольных клубов Arsenal, Milan и Paris Saint-Germain, запустила международный проект «Поддержи своего Героя» (Support your Hero) — конкурс для футбольных болельщиков и их подруг или жен.

Избранницы футбольных фанов обычно разделяют их увлечение, ну или по крайней мере поддерживают своих любимых эмоционально. В конкурсе женская роль была даже важнее, чем мужская: девушка должна зарегистрировать своего Героя на сайте Indesit или на специальной странице в Facebook, разместить там его фото, историю и пояснить, почему именно ее мужчина достоин полететь в Милан и сыграть на стадионе «Сан-Сиро» в команде других победителей из 15 стран.

В каждую из трех сборных команд победителей Indesit пригласил по двое игроков из Arsenal, Milan и Paris Saint-Germain. Так что парни смогли погонять мяч вместе со своими кумирами и получили в подарок клубные футболки. А вот кто полетит в Милан, зависело от того, чья девушка будет активнее действовать на сайте или в соцсетях, собирая «лайки» за своего парня.

В этом году от Украины в конкурсе победили две пары: Вячеслав Вернюк и Оксана Бондаренко из Симферополя и киевляне Владимир и Елена Ващук. Пока мужчины тренировались на стадионе, для девушек организовали шопинг, а потом — еще и визит к стилисту и визажисту. Затем барышни приехали на стадион болеть за своих. Оба украинских победителя играли за «Милан», и именно эта команда одержала победу в мини-чемпионате. «Самые яркие впечатления я получила на стадионе, когда ребята играли!» — призналась Оксана. «Я не фанатка футбола, но на стадионе «Сан-Сиро», в этой зажигательной атмосфере, невозможно оставаться равнодушной», — добавила Лена. Футбол — мужская игра, но эмоции — то, что вдохновляет независимо от пола.

Автор Ольга Переверзева
Фото предоставлено компанией Indesit



ВОЛШЕБНЫЙ КИПР

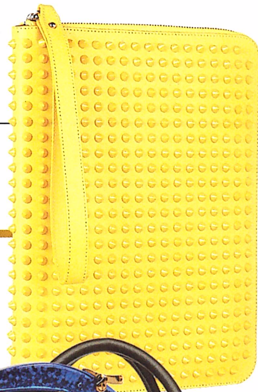
После поездки на Северный Кипр писательница ЛАДА ЛУЗИНА приняла решение остаться там навсегда, заявив «ЖЖ»: «Если только мне удастся доказать, что замок королей Лузиньян — моя фамильная вотчина». А почему бы и нет? Будет на Кипре одной легендой больше.

Начну с первой легенды. Именно на Кипр вышла из моря богиня любви и красоты Афродита. Если же вспомнить, что по первоначальной, не кастрированной, версии красавица родилась не из пены морской, а из упавшего в воду семени своего отца Урана — станет понятно, почему с воздуха остров похож на большой сперматозоид.

С земли Кипр еще интересней. Над протянувшейся вдоль побережья горной грядой «Пять пальцев» высится крепость Святого Иллариона. По легенде, точнее по глубокому убеждению местных гидов, побывав здесь, Уолт Дисней нарисовал свой волшебный замок, ставший заставкой его кинокомпании. Все может быть, хоть он и не совсем похож. Настоящий намного волшебней! И я бы легко поверила, что Толкин написал здесь «Властелина Колец», а Мартин —



БЕРЕМ В ДОРОГУ



Чехол для IPad
Christian Louboutin



Очки Miu Miu



Сумка Reuse Design



Ожерелье Lanvin

«Игру престолов». Вернувшись в Киев, я пришла в отчаяние: сделанные мной фотографии были не в силах передать то сказочное чувство, которое испытываешь при виде множества башенок с балконами, переходами и стенами, вписавшимися в поднебесье между горных зубцов. Глядя снизу, ты просто не в силах поверить, что крепость может там устоять, что в такую высь можно забраться. Вскарабкавшись на второй уровень, сразу понимаешь древних французских королей Лузиньян, купивших Кипр у ордена Тамплиеров, и правивших островом триста лет. Вид из замка, как из самолета, как из облаков — вотчины древних богов — все побережье у твоих ног!

Волшебство шло по пятам. Летом на Кипре практически не бывает дождя, но стоило нам войти в полуразрушенный средневековый собор с французским названием Беллапаис, как вода рухнула с неба. И я сразу вспомнила «Имя Розы». Высокие сводчатые потолки, арки, обтрепавшиеся от времени готические кружева. Дождь, взявший тебя в плен, наполнил древнюю развалину тревогой и жизнью, дождь был готическим, как сам собор. И закончился он почти так же быстро, как и начался. Мы зашли в кофейню «У Рафета» напротив. Ее хозяин, тот самый старичок Рафет, собственноручно сварил нам настоящий турецкий кофе. На деревянных столах лежали скатерти с изображением верблюдов. Совсем другой мир…

В столице Кипра, Никосии, я впервые вошла в мечеть. Обувь сняли у входа. Пол был затянут ковром, столь мягким, что хотелось лечь и немного поспать. Мечеть находится в здании костела, неуловимо похожего на Нотр-Дам де Пари. Только к крыше пристроили два минарета. Так просто! Тут все просто. Вот и столицу разделили на две части между турецким и греческим Кипром. Границу изображает миролюбивая шеренга из цветочных горшков. Чтобы ее перейти и выпить кофе «у греков», достаточно показать шенгенскую визу.

И опять-таки впервые я ехала на настоящий край земли, в самый хвостик «сперматозоида», и синее море виднелось то слева, то справа. Громадины



пятизвездочных отелей — то в форме Ноева ковчега, то в виде древнегреческого храма — производили впечатление миражей посреди пустыни. В заповеднике «Карпаз» на дорогу всегда выходят дикие ослики: они в курсе, что сюда едут с единственной великой миссией — покормить их. Я наблюдала, как к одному из ушастых выстроилась очередь туристов с яблоками в руках. Осел стоял и с царственным видом принимал подношения…

Я непременно переберусь сюда жить, если мне удастся отсудить лузиньянский замок и обеспечить там Wi-Fi. ✷

Благодарим за помощь в организации поездки авиакомпанию Turkish Airlines (www.turkishairlines.com) и туристическую фирму Travellab (www.travellab.com.ua)

Фото Shutterstock (1); предоставлены компанией Global Market®Communications (2), www.net-a-porter.com (3)

Последний месяц лета больше располагает к отдыху, нежели к труду, поэтому любые активные действия — как на работе, так и в личной жизни — лучше отложить до осени.

Овен
21.03 - 20.04

Овнов ждет продолжение страстного романа. Отношения, которые начались в прошлом месяце, достигнут пика и принесут массу положительных эмоций, на фоне которых померкнет даже долгожданная зарубежная командировка. Несмотря на столь приятные события, не забывайте и о работе — не стоит пускать дела на самотек.

Телец
21.04 - 20.05

Тельцам будет сложно устоять перед соблазнами. Но если желание съесть лишнее пирожное можно — и нужно! — задушить на корню, то ответ на вопрос, стоит ли противиться новому чувству, не так однозначен. Прежде чем принимать важное решение, хорошо подумайте, не пожалеете ли вы о нем. В конце месяца уделите больше внимания детям.

Близнецы
21.05 - 20.06

Близнецам стоит помнить о том, что хорошо работает тот, кто хорошо отдыхает. Поэтому если дачные хлопоты не оставляют времени для досуга, старайтесь хотя бы менять занятия — после сбора урожая и консервации можно в тенечке связать или сшить что-нибудь нужное. Вы неожиданно можете почувствовать симпатию к человеку, на которого раньше не обращали внимания.

Рак
21.06 - 21.07

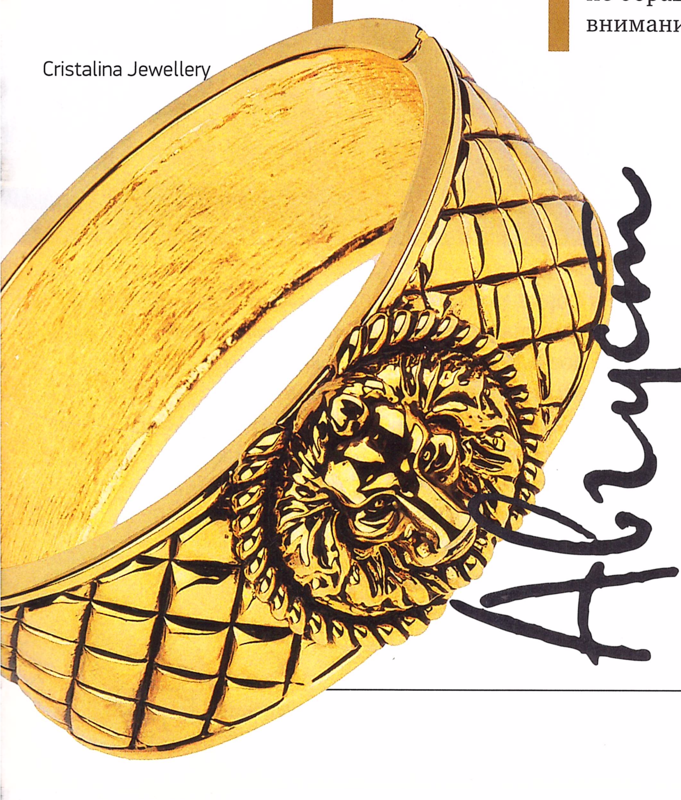
Ракам не терпится внести коррективы в свою семейную жизнь — уже довольно долгое время вы живете в предчувствии развода. Скорее всего, ваши отношения действительно исчерпали себя, хотя о том, что разрушать гораздо легче, чем строить, тоже забывать не стоит. На работе воспользуйтесь свободным временем, чтобы навести идеальный порядок в документах.

Лев
22.07 - 22.08

Львы будут активны как никогда. Лето подходит к концу, а еще столько всего нужно сделать: позагорать на пляже, съездить к друзьям на дачу, сходить на концерты и потанцевать на вечеринках. Невероятно, но факт: вы не только везде успеете, но и получите максимум удовольствия. Воинственный Марс сделает вас излишне раздражительными, но вам удастся взять себя в руки.

Дева
23.08 - 22.09

Девам не стоит предпринимать решительных действий ни на работе, ни в личной жизни — велика вероятность наломать дров и испортить отношения, которые выстраивались долгие годы. Если есть такая возможность, лучше вообще уйти в тень, например, уехать отдыхать или отсидеться на даче. С 23 августа готовьтесь блистать в обществе — недостатка в приглашениях у вас не будет.



Cristalina Jewellery

Август

Астропсихолог Валентина Виттрок (США) специально для женщин Украины

В августе откроются возможности, о существовании которых мы раньше даже не подозревали. В личной жизни может исполниться самая заветная мечта. Профессиональные успехи окажутся скромнее, но и тут удача будет на вашей стороне. Главное сейчас — не упустить свой шанс. Подобное, счастливое, стечение обстоятельств может повториться не скоро.

Фото Stephane Cardinale/People Avenue/Corbis/FotoChannels, предоставлено фотографом Настей Гуз, www.shelcouture.com, www.cristalinajewellery.com



Shel. Couture

Весы
23.09 - 22.10

Весы добьются большого успеха в делах общественных организаций и неформальных групп, поэтому, если вы имеете какое-то отношение к их деятельности, воспользуйтесь благоприятным моментом. В последней декаде августа организм может потребовать «подзарядки» — отправляйтесь туда, где вы сможете отдохнуть не только от работы, но и от своего окружения.

Скорпион
23.10 - 21.11

Скорпионы с головой окунутся в бурные выяснения отношений. Вообще-то, вы идете на скандал безо всяких на то оснований, а уж если они — вот как сейчас — действительно появляются, то остановить вас на пути разрушения не в состоянии никто. Кроме вас самих. Вооружившись этим знанием, вы легко уладите любой, даже самый старый и запущенный конфликт.

Стрелец
22.11 - 21.12

Стрельцы проведут август под знаком дальних странствий и далеких стран: кому-то повезет отправиться в путешествие за три моря, а кто-то, наоборот, будет принимать у себя дома гостей-иностранцев. Еще одно вероятное развитие событий — роман с человеком, живущим в одной из европейских стран, который к счастью быстро превратиться из виртуального в реальный.

Козерог
22.12 - 20.01

Козероги преуспеют во всем, что касается кропотливых занятий. Там, где другие не могут сосредоточиться и из-за этого теряют самообладание, вы работаете без лишнего напряжения. При выполнении особо важных заданий можете рассчитывать на поддержку зарубежных партнеров. Это тот случай, когда слова «заграница нам поможет» станут правдой жизни.

Водолей
21.01 - 20

Водолеям полезно заняться профилактическими мероприятиями. Если вы сами не позаботитесь о своем здоровье, никто за вас этого не сделает. Самый надежный способ восстановить силы — физическая активность, поэтому отправляйтесь в бассейн или на теннисный корт. Ну, а за выдающиеся спортивные достижения можно вознаградить себя шопингом.

Рыбы
21.02 - 20.03

Рыбам не рекомендуется принимать близко к сердцу недоразумения, время от времени происходящие на работе, и слова, которые близкие могут сказать по неосторожности. Отличающая вас сейчас мнительность и склонность делать слона из любой мухи мешает понять, что окружающие не желают вам зла. Чем быстрее вы это осознаете, тем легче будет с ними общаться.



Джон Гальяно,
дизайнер, 52 года

Стрелец

Я не хочу быть предсказуемым. Хочу соблазнять и бросать вызов.

Читай подробнее на стр. 18



Вера Полозкова,
поэтесса, актриса, 27 лет

Рыбы

Покой — это вещь, в которой начинаешь загнивать, это стоячая вода.

Читай подробнее на стр. 20

ПІДСУМКИ ПЕРЕДПЛАТИ «ЖЖ»

на друге півріччя 2013 року

Вітаємо переможців передплатної акції та із задоволенням оголошуємо їхні імена. 30 ароматів DYNASTIE VAMP від MARINA DE BOURBON та 200 наборів зі зволожуючого лосьйону для тіла PHYSIOGEL та антиперспіранту DRICLOR отримують:



30 АРОМАТІВ DYNASTIE VAMP ВІД MARINA DE BOURBON

1. Андрієць Л. Б., м. Київ
2. Артюшенко Л., м. Харків
3. Бабич О. Б., м. Львів
4. Вдовенко Г. В., м. Київ
5. Власенко, м. Київ
6. Геращенко А. Б., м. Дніпропетровськ
7. Голішевська Н. П., м. Київ
8. Грищук С. Л., м. Дніпропетровськ
9. Гудзь Л., м. Київ
10. Довга К. І., м. Черкаси
11. Дрозд О. А., м. Харків
12. Зенкова О., м. Київ
13. Капінос О. Я., м. Львів
14. Колодій М. В., м. Львів
15. Костоглод В. К., м. Миколаїв
16. Кошулинська Л., м. Дніпропетровськ
17. Марченко О., м. Херсон
18. Масленко Л., м. Дніпропетровськ
19. Ничкало Д. А., м. Львів
20. Носик Н. І., м. Черкаси
21. Пелих М. Г., м. Слов'янськ, Донецька обл.
22. Світлик Г. В., м. Львів
23. Седлецька, м. Миколаїв
24. Ситник Я. Л., м. Харків
25. Соболь В. В., м. Черкаси
26. Тимчук Г. Є., смт Стара-Синява, Хмельницька обл.
27. Фетісова О. І., м. Львів
28. Холод В. Г., м. Українка, Київська обл.
29. Шимкович О. А., м. Львів
30. Янішевський А. В., м. Черкаси

200 НАБОРІВ ЗІ ЗВОЛОЖУЮЧОГО ЛОСЬЙОНУ ДЛЯ ТІЛА PHYSIOGEL ТА АНТИПЕРСПІРАНТУ DRICLOR

1. Александрова О. О., м. Алушта, АР Крим
2. Альба В., м. Львів
3. Альошкіна В. В., м. Дніпропетровськ
4. Андріянова О. В., м. Полтава
5. Антоненко О. В., м. Полтава
6. Апьонкіна Е. Л., м. Кременчук
7. Артеменко О. Г., м. Лубни, Полтавська обл.
8. Астаніна І. А., м. Харків
9. Афян О. Я., м. Київ
10. Базарник Н. І., м. Ізмаїл, Одеська обл.
11. Балик В. М., м. Стрий, Львівська обл.
12. Барабанчук Л. Г., м. Одеса
13. Баранова О. Г., м. Київ
14. Бахмат Є. І., м. Суми
15. Белих С. М., м. Одеса
16. Берещук Т. В., м. Київ
17. Берльдюкевич А. С., м. Київ
18. Білобородов С. А., м. Львів
19. Біла І. О., м. Жмеринка, Вінницька обл.
20. Білоус Т. М., м. Чернігів
21. Бойченко С. Г., м. Одеса
22. Бондарева В. О., м. Полтава
23. Борис Р. С., м. Львів
24. Борківець Н. С., м. Харків
25. Брежнева Н. А., м. Феодосія, АР Крим
26. Бужинець О. І., м. Київ
27. Верба Л. О, м. Львів
28. Вербицька Р. В., м. Коростень, Житомирська обл.
29. Веремейчук Т. В., м. Вінниця
30. Вершина В. А., м. Херсон
31. Винокурова І. Ф., м. Горлівка, Донецька обл.
32. Воєвода О. Є., м. Дніпропетровськ
33. Войтенко Л. П., м. Узин, Київська обл.
34. Волкова О. Ю., м. Дніпропетровськ
35. Гаврилів П. Ю., м. Львів
36. Галан К. С., м. Ужгород
37. Гаркавчев В. Б., м. Сімферополь, АР Крим
38. Геращенко А. Б., м. Дніпропетровськ
39. Гладка К. М., м. Львів
40. Головінський А. О., м. Харків
41. Головко О. О., м. Дніпропетровськ
42. Голуб М. М., м. Олександрія, Кіровоградська обл.
43. Голуб О. Я., с. Вербівка, Харківська обл.
44. Гончар Л. А., м. Карлівка, Полтавська обл.
45. Горбаньова В. В., м. Сніжне, Донецька обл.
46. Грачова В. В., м. Київ
47. Гребенюк Л. В., м. Кобеляки, Полтавська обл.
48. Гриб Н. В., м. Львів
49. Григораш Г. О., м. Бородянка, Київська обл.
50. Гриценко К. О., м. Сквира, Київська обл.
51. Грищук С. Л., м. Дніпропетровськ
52. Груба М. Є., м. Ківерці, Волинська обл.
53. Гуменюк І. І., м. Шепетівка, Хмельницька обл.
54. Данча Н. В., м. Рахів, Закарпатська обл.
55. Дедю Н. В., м. Київ
56. Демідова М. О., м. Дзержинськ, Донецька обл.
57. Денисенко А. М., м. Харків
58. Діброва Ю. М., м. Одеса
59. Дипова О. О., смт Миронівський, Донецька обл.
60. Діденко Л. О., м. Сімферополь, АР Крим
61. Дорофеєва Н. Є., м. Львів
62. Драчук Н. Г., м. Іллічівськ, Одеська обл.
63. Дрозд О. А., м. Харків
64. Дудіна Т. В., м. Мелітополь
65. Дулінова Н. М., м. Павлоград, Дніпропетровська обл.
66. Дьяченко О. Н., м. Донецьк
67. Жейнова Н. Н., м. Харків
68. Завитневич Н. Г., м. Київ
69. Загурська Ю. А., м. Нетішин, Хмельницька обл.
70. Захарків С. А., м. Білогір'я, Хмельницька обл.
71. Зябкина Л. І., м. Токмак, Запорізька обл.
72. Іванова Г. Я., м. Донецьк
73. Ієвлева Г. О., м. Львів
74. Ісаєнко О. П., м. Горлівка, Донецька обл.
75. Каверина М. М., м. Київ
76. Казністий В. В., м. Сімферополь, АР Крим
77. Кайда Л., м. Львів
78. Канцір І. М., м. Львів
79. Карабутова В., м. Рівне
80. Карпушкіна В. В., м. Черкаси
81. Кашпур А. В., м. Київ
82. Кириленко М. П., смт Бородянка, Київська обл.
83. Кириченко Л. М., м. Львів
84. Кисіль Т. П., м. Київ

Фото предоставлены компаниями «Визаж», «Гласко Смит Кляйн»

85. Козаченко С. М., м. Черкаси
86. Козир Н. О., м. Полтава
87. Козов'якіна В. П., м. Миколаїв
88. Колодочка М. С., м. Кобеляки, Полтавська обл.
89. Колодяжна О. М., м. Севастополь, АР Крим
90. Колосова Н. Є., м. Львів
91. Корнієнко Н. П., м. Брянка, Луганська обл.
92. Коропась О. В., м. Львів
93. Костецька Л. Г., м. Свалява, Закарпатська обл.
94. Костоглод В. К., м. Миколаїв
95. Коцюруба С. В., м. Кривий Ріг, Дніпропетровська обл.
96. Коширець С. І., м. Володимир-Волинський, Волинська обл.
97. Кравець Т. М., м. Дніпропетровськ
98. Кравцова Д. Д., м. Дніпропетровськ
99. Крамаренко Н. М., м. Київ
100. Кривицька Ю. В., м. Київ
101. Кугай Є. В., с. Павлівка, Вінницька обл.
102. Кузнецова І. П., м. Львів
103. Куракова С. Б., м. Черкаси
104. Курнат М. М., м. Львів
105. Курочкіна Н. Н., м. Київ
106. Кустова С., м. Алчевськ, Луганська обл.
107. Кутіль Л. І., м. Конотоп, Сумська обл.
108. Кучеренко О. В., м. Львів
109. Кучерява Л. М., м. Черкаси
110. Лазаренко Г. П., м. Київ
111. Левицька О. Н., м. Львів
112. Лінчук О. Є., м. Дубно, Рівненська обл.
113. Лісняк Н. Д., м. Дніпропетровськ
114. Лободіна О., м. Львів
115. Лукічова Н. В., м. Сімферополь, АР Крим
116. Ляшенко О. С., м. Черкаси
117. Мамотько О. М., м. Херсон
118. Марченко О., м. Херсон
119. Масленко Л., м. Дніпропетровськ
120. Маслова І. А., м. Черкаси
121. Масюк М. В., м. Полтава
122. Матяш Ю. Ю., м. Київ
123. Маясляк О. В., м. Куликів, Львівська обл.
124. Медведєва О. Б., м. Дніпропетровськ
125. Мельник М. Л., м. Львів
126. Михайлова О. І., м. Луганськ
127. Мішутина Т. М., м. Луганськ
128. Могиляк І. П., м. Львів
129. Москалик І. С., м. Київ
130. Мостівенко І. М., м. Коростень, Житомирська обл.
131. Мудрик І. О., м. Бровари, Київська обл.
132. Муратова І. М., м. Луганськ
133. Недзельська Л. Я., м. Хмельницький
134. Нелюбова Л. О., м. Славутич, Київська обл.
135. Ненашева А. В., м. Харків
136. Носик Н. І., м. Черкаси
137. Оборонова О. Є., с. Зоря, Рівненська обл.
138. Олененко Є. В., м. Херсон
139. Олійник Л. М., м. Мелітополь, Запорізька обл.
140. Паламар Т. І., м. Львів
141. Панова В. В., м. Київ
142. Паракуда Л. М., м. Хмельницький
143. Патенко Н. А., м. Ізмаїл, Одеська обл.
144. Пелих М. Г., м. Слов'янськ, Донецька обл.
145. Петренко М. Ю., м. Івано-Франківськ
146. Петрик С. В., м. Умань, Черкаська обл.
147. Піддубна Л. Н., м. Дніпропетровськ
148. Подибайло Н. В., м. Вінниця
149. Полулях І. П., м. Суми
150. ПП «Ланес», м. Черкаси
151. ПП «Укртехпром 2001», м. Черкаси
152. Процишин О. Р., м. Дрогобич, Львівська обл.
153. Проць О. Р., с. Серби, Житомирська обл.
154. Пукало С. Є., м. Рудки, Львівська обл.
155. Пушкаренко Р. М., м. Орджонікідзе, Дніпропетровська обл.
156. Пшик О. Я., м. Львів
157. Ралко К. Г., с. Перевальне, АР Крим
158. Рижик С. В., м. Львів
159. Рубан О. Г., м. Київ
160. Рускіна Н. А., м. Київ
161. Савельєва З. Д., м. Балта, Одеська обл.
162. Савченко Л. І., м. Красноармійськ, Донецька обл.
163. Савчук А. Л., м. Гайсин, Вінницька обл.
164. Санжаровська Ж. А., м. Дніпропетровськ
165. Світлик Г. В., м. Львів
166. Седлецька О. В., м. Миколаїв
167. Сєркіна М. Р., м. Львів
168. Симоненко Т. В., м. Кобеляки, Полтавська обл.
169. Склярець О. Б., с. Новоселівка, Чернігівська обл.
170. Соболь В. В., м. Черкаси
171. Соломійчук І. М., м. Орджонікідзе, Дніпропетровська обл.
172. Тарасюк Ю. М., м. Канів, Черкаська обл.
173. Тарновська Г. В., м. Львів
174. Тішкіна Н. Д., м. Львів
175. Ткач М. В., м. Хмельницький
176. ТОВ «Мелагрейн», м. Черкаси
177. ТОВ «Трансекспесервіс», м. Черкаси
178. Товста С. В., м. Київ
179. Федів Н. І., смт Козова, Тернопільська обл.
180. Федченко Г. П., смт Глеваха, Київська обл.
181. Фенін О. Ю., с. Сопів, Івано-Франківська обл.
182. Фесич О. Г., м. Київ
183. Фетісова О. І., м. Львів
184. Хмельницька І. В., м. Тернопіль
185. Хомів Б. В., м. Львів
186. Царенко І. І., м. Миколаїв
187. Церковняк-Городецька О. Г., смт Коцюбинське, Київська обл.
188. Чаплигіна О. М., м. Зміїв, Харківська обл.
189. Челобітко Н. О., м. Севастополь, АР Крим
190. Чернишова І. В., м. Куп'янськ, Харківська обл.
191. Чорна Т. В., м. Дніпропетровськ
192. Чубарова І. П., м. Красноперекопськ, АР Крим
193. Шабанова О. В., м. Київ
194. Шкваркун Н. І., м. Кобеляки, Полтавська обл.
195. Шовкун О. В., м. Дніпропетровськ
196. Штенге О. Л., м. Донецьк
197. Якімечко Г., м. Донецьк
198. Яницька Є. А., м. Житомир
199. Ясинська Н. В., м. Миколаїв
200. Ящук Ю. Л., м. Київ

Щоб отримати подарунки*, переможцям необхідно звернутися в редакцію протягом трьох місяців з моменту опублікування результатів передплати з копіями документів або до 20 жовтня 2013 року надіслати на адресу редакції: **01033, м. Київ, вул. Жилянська, 31, БЦ Capital Hall, відділ дистрибуції (7 поверх)** копії документів.

Приватним особам:

• копію паспорта (1-а, 2-а та сторінки з пропискою);

• копію ідентифікаційного коду.

Юридичним особам:

• копію свідоцтва платника податків;

• доручення на співробітника підприємства;

• копії паспорта співробітника (1-а, 2-а та сторінки з пропискою);

• копію ідентифікаційного коду співробітника підприємства.

Контактний телефон редакції: 0 (44) 594-93-93.

З питань отримання подарунків звертатися до Тетяни Григорової.

*Зовнішній вигляд подарунків може відрізнятись від зображених у рекламі.

Редакція залишає за собою право заміни подарунків на рівнозначні.

Беручи участь у передплатній акції, учасник дає згоду ТОВ «Перехід Вімenс Паблішинг» на збір та обробку своїх особистих даних без обмеження за часом і територією, згідно із ЗУ «Про захист особистих даних», та внесення даних до бази ТОВ «Перехід Вімenс Паблішинг» з комерційною та маркетинговою метою з правом передачі персональних даних третім особам.

Обратная связь



Пишите нам о том, что понравилось, о том, что вдохновило. Делитесь впечатлениями — как о журнале, так и о жизни вообще.

РАБОТА, НЕ МЕШАЙ МНЕ ЖИТЬ!

Полностью согласна с Ладой Лузиной («Я есть то, что я ем»): настроение города влияет на характер его жителей. Я живу в Донецке — городе работяг. На людей со свободным графиком у нас смотрят как на предателей. В офис лучше приходить пораньше, а уходить попозже. А ведь так хочется, чтобы все было иначе. Как-то одесские друзья спросили меня: «Зачем нужна работа, которая мешает жить?!» Каждый раз, когда накрывает волна депрессии, вспоминаю эту фразу и стараюсь радоваться сегодняшнему дню.

Анастасия Донцова, Донецк



Приз, аромат La Vie Est Belle от Lancôme, за лучшее письмо июля мы вручаем Анастасии из Киева — в дополнение к вернувшейся радости жизни.

Ждем ваших писем по адресу: 01033, г. Киев, ул. Жилянская, 31, БЦ Capital Hall, 7-й этаж, «ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ»
На e-mail: zz@pph.com.ua
На нашей страничке в Facebook: www.facebook.com/Womanjournal

ЖЕНСКАЯ МАТЕМАТИКА

«Женщина счастлива в равновесии энергий — женской, материнской и профессиональной» — это первое, что я прочла в июньском номере. Простая истина вдруг стала для меня откровением. Как часто нам чего-то не хватает для счастья. Сейчас для него мне не достает любви. Успешность сразу в трех сферах — это 100%-ное счастье. Но 100 на 3 поровну не делится — наверное, от этого женщины так редко бывают счастливы.

Юля Федосеева, Черновцы

СНОВА РАДУЮСЬ ЛЕТУ

Последние шесть лет я пряталась от лета. Именно летом ушел из жизни папа и я потеряла дочку, которой не суждено было родиться. Поднимала голову только после 1 сентября, убеждала себя, что осенью придет успокоение. Все изменилось, когда мне в руки попал июньский «ЖЖ». Читаю «Слово редактора» и понимаю, что этот номер будто бы ответ на мое настроение. Впервые за много лет подсознание не отторгает лето. Я снова почувствовала запах пионов и клубники. Мое сердце открылось, чтобы любить, мечтать и жить. Огромное спасибо Татьяне Петковой и «ЖЖ».

Анастасия, Киев

А АДРЕСА

К МАТЕРИАЛУ «ОКРЫЛЕННАЯ»

VOZIANOV
SHOW ROOM VOZIANOV, Г. КИЕВ, УЛ. БОЖЕНКО, 86Н
GIANVITO ROSSI, ALEXANDER WANG, CASADEI, ZADIG & VOLTAIRE
БУТИК HELEN MARLEN MANDARIN PLAZA, Г. КИЕВ, УЛ. БАССЕЙНАЯ, 4, ТЦ «МАНДАРИН ПЛАЗА»
L'UVE
CONCEPT STORE L'UVE, Г. КИЕВ, УЛ. ЛЬВА ТОЛСТОГО, 39
MARCHI, CYAN, CAMILLA SKOVGAARD, AM
CONCEPT STORE THE ONE, Г. КИЕВ, УЛ. РЕЙТАРСКАЯ, 35Б
ZINAIDA LIHACHEVA
CONCEPT STORE ATELIER 1, Г. КИЕВ, БУЛ. Т. ШЕВЧЕНКО, 10
JIL SANDER
БУТИК VILLA GROSS, Г. КИЕВ, УЛ. ПУШКИНСКАЯ, 28/9
LITKOVSKAYA
SHOW ROOM LITKOVSKAYA, Г. КИЕВ, УЛ. ДЕГТЯРЕВСКАЯ, 7Б
ROMAN LAZAR, OMELYA ATELIER
БУТИК УКРАИНСКИХ ДИЗАЙНЕРОВ SYNERGY BOUTIQUE, Г. КИЕВ, УЛ. БОЛЬШАЯ ВАСИЛЬКОВСКАЯ, 80
ДИЗАЙН-ОТЕЛЬ 11MIRRORS
Г. КИЕВ, УЛ. БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦКОГО, 34А
ТЕЛ. +38 0(44) 581-11-11

К МАТЕРИАЛАМ: «НИЖЕ ПОЯСА», «ЗОВ ПРЕРИЙ», «ЛИБЕРТАНГО», «ВЕЛИКАЯ КОМБИНАТОРША», «ДЕВЧОНКИ НА МИЛЛИОН», «ВОЗЬМИ НА РУЧКИ»

SERGIO ROSSI, VICTORIA BECKHAM, KAREN WALKER
БУТИК HELEN MARLEN MANDARIN PLAZA, Г. КИЕВ, УЛ. БАССЕЙНАЯ, 4, ТЦ «МАНДАРИН ПЛАЗА»
SCHURTZ
БУТИК HELEN MARLEN 2, Г. КИЕВ, УЛ. ГОРОДЕЦКОГО, 4
BAGGHY, MARC BY MARC JACOBS
БУТИК HELEN MARLEN 2, Г. КИЕВ, УЛ. ГОРЬКОГО, 176, ТРЦ OCEAN PLAZA
MANGO
МАГАЗИН MANGO, Г. КИЕВ, УЛ. КРЕЩАТИК, 13
MOSCHINO
БУТИК MOSCHINO, Г. КИЕВ, УЛ. БОЛЬШАЯ ВАСИЛЬКОВСКАЯ, 33
KIRA PLASTININA
МАГАЗИН KIRA PLASTININA, Г. КИЕВ, ПР-Т ВАТУТИНА, 2, ТРК SKY MALL

Автор Виктория Куриленко. Фото предоставлено компанией L'Oréal
* Подарок можно получить в редакции в течение трех месяцев с момента опубликования имени победителя.
Контактный телефон 0(44) 594-93-93. Спрашивать Викторию Билык.




МЕНІ ПАСУЄ
ВИШУКАНА
М'ЯКІСТЬ
НОВИНКА!
Arabica Exclusif
CARTE NOIRE
Un café nommé désir
Velours
CARTE NOIRE
РОЗКІШ ВІДЧУТИ СИЛЬНІ ЕМОЦІЇ



август 2013

ЖЕНСКИЙ

для сильной и стильной

